



Tételes étlap 2025.04.14. - 2025.04.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 14. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	<b>T</b> Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,00	0,78		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	<b>E</b> Sárgaborsó leves sertés I*TM	1 169,48	279,78	18,68	12,08	2,39	23,69	0,00	1,04		
	Gluténmentes fahéjas csiga	2 262,00	541,14	2,20	19,80	8,60	87,40	13,80	0,20		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	<b>U</b> Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	6 675,89	1 597,10	40,06	69,33	23,92	198,64	17,64	4,58		





2025. 04. 15.

kedd

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00			
	E	Zöldségleves sulitejtojás.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
		Sertés pörkölt I*	1 228,92	294,00	15,45	24,81	7,40	3,62	0,68	1,18		
		Lencsefőzelék I*T.M.	1 605,48	384,09	22,79	7,41	0,63	56,08	3,50	1,06		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:		6 241,51	1 493,19	63,20	58,36	17,48	175,90	9,93	7,20		





2025. 04. 16.

szerda

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
E	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00	
	Bolognai szósz I* T.M.	1 396,53	334,10	15,93	27,04	7,66	7,05	0,27	2,42	
	Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,89	
	Diétás kókuszos szelet 30g	479,49	114,71	0,90	6,00	3,00	13,21	0,60	0,00	
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11	
Összesen:		5 380,86	1 281,41	39,63	67,02	26,00	130,23	15,90	4,46	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

