



Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 15. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E Sertés vetreceB*TM	813,48	194,61	8,68	15,87	4,55	4,02	0,00	0,31		
	Tészta kör. szarvacska B*	729,78	174,59	6,00	3,68	0,51	29,16	0,00	0,44		
	U Húskrém csirke bölcsiT.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	Összesen:	4 025,59	963,06	34,79	38,90	10,41	115,10	6,60	3,87		
2024. 04. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		





2024. 04. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes		T	E	U									
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
		Rakott kelkáposzta BölcsiT.M.	869,29	207,96	15,10	8,61	1,76	18,59	0,08	0,87			
		Zabkása B TM	812,40	194,35	4,91	3,47	0,59	35,54	8,99	0,03	 		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
		Összesen:	3 649,26	873,02	31,22	22,91	4,99	133,81	16,07	2,28			
2024. 04. 17. szerda (00471) 1-3 év tejmentes		R	T	E	U								
		Kakaó bölcsei T.M.	534,50	127,87	1,49	2,32	0,48	24,56	17,21	0,09			
		Diós krém B* T.M.	300,39	71,86	0,63	7,48	1,98	0,42	0,00	0,08	 		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
		Húsgombóc bölcsei	709,82	169,81	7,66	7,78	2,69	17,08	0,00	0,07			
		Paradicsom mártás bölcsei	665,98	137,42	3,78	5,05	0,54	24,47	5,99	0,30	 		
		Tört burgonya féladag bölcsei	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10			
		Tojáskrém B* T.M.	272,72	65,24	2,20	6,14	1,64	0,22	0,00	0,42	 		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
		Összesen:	4 320,87	1 011,78	30,41	30,72	7,80	154,30	24,70	2,62			





2024. 04. 18. csütörtök													
2024. 04. 19. péntek													
2024. 04. 18. csütörtök	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Palócleves mir B T.M.	421,26	100,78	8,01	3,03	0,95	10,09	0,00	1,06		
			Diós tészta B*tojásm.	1 064,01	254,55	3,43	9,76	2,19	37,95	6,99	0,10		
		U	Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01				
	Összesen:	4 072,20	974,21	27,23	32,04	7,74	138,59	13,64	3,50				
2024. 04. 19. péntek	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
			Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		





2024. 04. 19. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	E	Natúr Csirkemell B.	478,36	114,44	13,03	5,19	0,65	3,77	0,00	0,68	
		Cukkinis sárgarépa főz *B.T.M.	482,34	115,39	3,26	3,52	0,37	17,35	0,80	0,81	
	U	Gyümölcsle 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
	Összesen:		3 514,51	840,78	25,24	25,66	5,79	124,95	9,92	3,66	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

