



Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

| Diéta   | Étlap tétel                    | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsvav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|--------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2024. 04. 15.<br>hétfő<br>(00472)<br>Tej-tojásmentes 1-3 év | 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*GM    | 599,61       | 143,45         | 0,64        | 2,60     | 0,26           | 29,20          | 0,00      | 0,20   |            |          |
|   | 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:   |                                | 3 895,42     | 931,92         | 29,43       | 37,82    | 10,16          | 115,14         | 6,60      | 3,63   |            |          |
| 2024. 04. 16.<br>kedd<br>(00472)<br>Tej-tojásmentes 1-3 év  | 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.<br>kedd<br>(00472)   |                                   | Tej-tojásmentes 1-3 év |          |       |       |      |        |       |      |  |  |
|------------------------------------|-----------------------------------|------------------------|----------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| T                                  | Banán                             | 438,77                 | 104,97   | 1,30  | 0,10  | 0,00 | 24,20  | 0,00  | 0,06 |  |  |
| E                                  | Rakott kelkáposzta<br>BölcsiT.M.  | 869,29                 | 207,96   | 15,10 | 8,61  | 1,76 | 18,59  | 0,08  | 0,87 |  |  |
| U                                  | 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.<br>szerda<br>(00472) |                                   | Tej-tojásmentes 1-3 év |          |       |       |      |        |       |      |  |  |
| R                                  | Kakaó bölcsi 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 |  |  |
| T                                  | Narancs                           | 173,11                 | 41,41    | 0,60  | 0,20  | 0,00 | 8,50   | 0,00  | 0,01 |  |  |
| E                                  | Natúr sertéskaraj bölcsi          | 550,13                 | 131,61   | 11,23 | 7,82  | 1,87 | 3,92   | 0,00  | 0,71 |  |  |
|                                    | Paradicsom mártás bölcsi          | 665,98                 | 137,42   | 3,78  | 5,05  | 0,54 | 24,47  | 5,99  | 0,30 |  |  |
|                                    | Tört burgonya féladag<br>bölcsi   | 195,97                 | 46,88    | 1,25  | 0,10  | 0,01 | 10,00  | 0,00  | 0,10 |  |  |
| U                                  | Zala felvágott                    | 182,25                 | 43,60    | 2,60  | 3,60  | 1,48 | 0,22   | 0,10  | 0,44 |  |  |
|                                    | Liga margarin tejmentes<br>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 |  |  |
|                                    | Uborka(kígyó)                     | 14,74                  | 3,53     | 0,30  | 0,03  | 0,00 | 0,51   | 0,00  | 0,01 |  |  |
| Összesen:                          |                                   | 4 336,32               | 1 015,48 | 34,40 | 35,22 | 8,72 | 141,18 | 24,80 | 3,38 |  |  |





| 2024. 04. 18.<br>csütörtök |                                   | Tej-tojásmentes 1-3 év |                                |        |        |      |        |       |       |       |      |  |
|----------------------------|-----------------------------------|------------------------|--------------------------------|--------|--------|------|--------|-------|-------|-------|------|--|
| (00472)                    |                                   |                        |                                |        |        |      |        |       |       |       |      |  |
| 2024. 04. 18.<br>csütörtök | Tej-tojásmentes 1-3 év<br>(00472) | R                      | Csipkebogyótea bölcsei         | 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 |  |
|                            |                                   |                        | Tejbedara szóráttal B. TM.     | 813,84 | 194,70 | 2,65 | 1,91   | 0,31  | 41,21 | 21,99 | 0,05 |  |
|                            |                                   | 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:                         | 3 822,03               | 914,36                         | 26,45  | 24,19  | 5,86 | 141,85 | 28,64 | 3,45  |       |      |  |
| 2024. 04. 19.<br>péntek    | Tej-tojásmentes 1-3 év<br>(00472) | R                      | Rizstej                        | 261,97 | 62,67  | 0,54 | 1,43   | 0,18  | 11,84 | 5,99  | 0,00 |  |
|                            |                                   |                        | 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 |  |





|  |          |                                   |                 |               |              |              |             |               |             |             |   |  |  |
|--|----------|-----------------------------------|-----------------|---------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|-------------|---|--|--|
| <b>2024. 04. 19.<br/>péntek</b><br>(00472)<br>Tej-tojásmentes 1-3 év | <b>T</b> | Körte                             | 221,51          | 52,99         | 0,40         | 0,30         | 0,00        | 12,00         | 0,00        | 0,01        |   |  |  |
|  | <b>E</b> | Natúr Csirkemell B.               | 478,36          | 114,44        | 13,03        | 5,19         | 0,65        | 3,77          | 0,00        | 0,68        |  |  |  |
|  |          | Cukkinis sárgarépa főz<br>*B.T.M. | 482,34          | 115,39        | 3,26         | 3,52         | 0,37        | 17,35         | 0,80        | 0,81        |  |  |  |
|  | <b>U</b> | 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        |   |  |  |
|  |          | <b>Összesen:</b>                  | <b>3 269,98</b> | <b>782,28</b> | <b>24,11</b> | <b>25,19</b> | <b>5,62</b> | <b>112,65</b> | <b>8,54</b> | <b>3,38</b> |   |  |  |

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

