



Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 15. hétfő (00492) Tejmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
	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		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E Sárgaborsó leves sertés O*TM	893,75	213,82	14,54	9,26	1,86	17,78	0,00	0,83		
	Tejbedara szóráttal O. T.M.	1 334,94	319,36	5,74	3,21	0,64	65,67	28,01	0,14		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07		
	U Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	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		
	Összesen:	5 532,08	1 323,45	40,91	42,83	11,76	188,93	64,65	4,08		
	2024. 04. 16. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év	T Rizstej	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
Sonkaszalámi		72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
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		





2024. 04. 16. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év													
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06				
	Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07				
	Zöldbabfőzelék O* T.M.	538,01	128,71	5,12	4,25	0,42	17,10	0,00	0,60				
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39				
	U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44			
		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 - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
Összesen:		4 898,59	1 171,90	38,96	53,61	14,06	130,70	10,30	5,96				
2024. 04. 17. szerda (00492) Tejmentes 4-6 év													
T	Vaniliás tej 2 dl ovi*TM	553,05	132,31	0,74	1,93	0,24	27,94	15,01	0,00				
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06				
	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				
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
E	Zöldségkrémleves O*TM	404,94	96,88	1,71	5,87	0,66	9,10	0,40	2,06				
	Marokkói csirkeragu O*	750,78	41,32	16,89	6,60	1,20	12,89	0,00	0,23				
	Bulgur köret o*TM	1 034,02	247,37	7,37	5,44	0,67	45,52	0,00	1,50				
	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06				





2024. 04. 17.		(00492) Tejmentes 4-6 év											
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	Összesen:	5 434,88	1 158,00	43,04	34,04	6,58	205,08	30,49	5,61				
2024. 04. 18. csütörtök		(00492) Tejmentes 4-6 év											
T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12				
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40				
	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				
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
E	Csontleves tésztával ovi*diéta	173,69	41,55	2,13	1,17	0,17	5,66	0,00	0,97	 			
	Bolognai Spagetti O* T.M.	1 642,02	392,83	20,63	12,71	2,57	48,94	0,08	1,99	 			
	Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67	 			
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20				
Összesen:	5 801,66	1 387,95	43,16	41,15	10,16	208,38	20,20	6,29					
2024. 04. 19. péntek		(00492) Tejmentes 4-6 év											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00				
	Harcspástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				





2024. 04. 19. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év	T	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
	E	Zöldséges bableves O* diéta	662,69	158,54	7,83	4,20	0,48	22,28	0,03	0,89	
		Sonkás tészta ovi*TM	2 394,36	572,81	21,71	29,49	12,67	54,76	0,30	2,11	
	U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60	
		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	
	Összesen:		5 970,49	1 428,34	45,10	59,99	20,73	167,09	19,95	5,68	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

