



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. hétfő (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	<b>T</b> 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		
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	<b>E</b> Sárgaborsó leves sertés O*GM	894,10	213,90	14,25	9,23	1,86	18,09	0,02	0,83		
	Tejberizs O* G.TM.	1 420,34	339,79	3,76	3,60	0,67	72,68	32,97	0,03		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07		
	<b>U</b> 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		
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	Összesen:	5 106,36	1 221,60	32,44	43,74	11,82	171,21	68,57	3,40		





2024. 04. 16.

kedd

(00470)

Tojás-gluténmentes 4-6 év

<b>T</b>	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	
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78	
<b>E</b>	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* G.T.M.	543,76	130,09	3,84	4,37	0,46	17,66	0,05	0,60	
	Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24	
<b>U</b>	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	
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32	
	Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	
Összesen:		4 588,74	1 097,78	32,97	56,35	14,54	111,11	9,24	5,37	





2024. 04. 17. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 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			
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Zöldségkrémleves ovi*T.T.GM.	406,61	97,28	1,49	5,80	0,68	9,48	0,22	1,10		
		Marokkói csirkeragu O*	750,78	41,32	16,89	6,60	1,20	12,89	0,00	0,23		
		Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
Kenyér gluténmentes		290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
Összesen:		4 877,29	1 024,61	34,23	33,74	6,40	177,92	29,51	3,63			
2024. 04. 18. csütörtök (00470) Tojás-gluténmentes 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			
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
E	Csontleves ovi*tojásm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85	 		





2024. 04. 18. csütörtök (00470) Tojás-gluténmentes												
E	Bolognai Spagetti O*G.T.M.	1 517,78	363,11	14,64	12,04	2,51	49,05	0,08	1,64			
	Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29			
	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:		5 116,93	1 224,15	22,74	38,78	9,71	194,33	19,45	5,32		
2024. 04. 19. péntek (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Harcapástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39			
	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41			
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
E	Zöldséges bableves O*G.M.	664,99	159,09	7,32	4,25	0,50	22,50	0,05	0,89			
	Sonkás tészta ovi*to.-gluténm.	2 834,29	678,06	15,81	27,99	12,41	89,25	0,30	1,75			
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			
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65			
Összesen:		6 045,88	1 446,38	33,99	59,42	20,58	182,76	19,02	4,84			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

