



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 (00533) Törökmogyoró mentes 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	0,00	0,52		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	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		
	Gluténmentes fahéjas csiga	1 131,00	270,57	1,10	9,90	4,30	43,70	6,90	0,10		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	U Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Összesen:	5 163,43	1 235,25	38,33	47,84	15,94	158,44	28,68	3,79		





2025. 04. 15.

kedd

(00533)

Törökgyoró mentes 4-6 év

T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	22,80	0,23			
	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	0,06	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Sertés pörkölt O*	876,96	209,80	11,54	17,56	5,43	2,47	0,51	0,88		
		Lencsefőzelék O*	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,43		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
	U	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		1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
Összesen:		5 404,33	1 292,89	55,61	45,37	14,66	162,95	30,07	5,52			





2025. 04. 16.

szerda

(00533)

Törökgyoró mentes 4-6 év

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	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	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
E	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
	Bolognai Spagetti O* T.M.	1 642,02	392,83	20,63	12,71	2,57	48,94	0,17	1,99		
	Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67		
	Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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:		5 680,47	1 355,04	42,05	48,38	19,72	186,11	23,76	3,76		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

