



Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

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. 23. kedd (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	<b>R</b> Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00			
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	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			
	<b>T</b> Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
	<b>E</b> Natúr sertéskaraj bölcsi	550,13	131,61	11,23	7,82	1,87	3,92	0,00	0,71			
	Tört burgonya bölcsi*	470,34	112,52	3,00	0,24	0,03	24,00	0,00	0,26			
	Céklasaláta, csemege szeletelt	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49			
	<b>U</b> Húskrém csirke bölcsi T.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			
	Póréhagyma	23,12	5,53	0,33	0,05	0,00	0,95	0,00	0,00			
	Összesen:		3 986,36	953,68	36,15	25,58	6,17	140,80	10,79	4,72		





2024. 04. 24.

szerda

(00474)

Tej,toj,.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	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	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
	E	Bazsalikomos csirkemáj B*T.M.	404,92	96,87	12,01	4,55	1,14	1,88	0,00	0,59	
		Karfiolfőzelék mir. bölcsiT.M.	528,22	126,37	4,90	4,87	0,54	15,57	2,00	1,03	
	U	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Sárgarépa friss	16,81	4,02	0,12	0,02	0,00	0,81	0,00	0,03	
	Összesen:	5 012,54	903,47	38,76	66,83	38,68	112,46	4,88	4,38		





2024. 04. 25.  
csütörtök

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Pulyka felvágott	106,26	25,42	3,91	0,64	0,21	0,97	0,00	0,00	  	
	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		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Vadas pulykatokány B.TM	850,65	203,51	12,83	10,29	2,18	14,48	0,60	0,33	   	
	Tészta kör. szarvacska B*GM	599,61	143,45	0,64	2,60	0,26	29,20	0,00	0,20		
U	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		
Összesen:		4 043,82	967,42	33,59	32,97	8,39	130,13	7,20	2,75		





2024. 04. 26.

péntek

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	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		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
E	Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88		
	Zöldséges bulgur*O	963,38	230,47	15,86	7,63	2,02	26,08	0,00	0,52		
U	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	Gluténmentes ostya (kg)	525,43	125,70	0,45	2,58	1,01	25,02	0,75	0,72		
Összesen:		4 049,86	962,98	39,69	29,32	7,43	136,00	7,59	3,46		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

