



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. 22. hétfő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 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			
	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46			
	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			
	<b>E</b> Gulyásleves O*	683,12	163,43	6,80	10,12	2,89	10,87	0,00	0,50			
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	<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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:		5 422,58	1 297,26	28,24	44,78	12,33	191,30	42,03	3,65		





2024. 04. 23.

kedd

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Rizstej	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00		
	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		
	E	Csorba leves O* TM.	972,53	232,66	9,17	17,56	4,88	9,14	0,00	1,60	
		Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07	
		Burgonya főzelék O* T.M.	883,27	211,31	4,86	5,03	0,57	35,84	0,00	0,80	
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	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	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
	Összesen:		5 887,51	1 408,49	44,08	59,67	17,33	166,03	23,76	6,16	





2024. 04. 24.

szerda

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
	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		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
		Pikáns csirkemell O*	829,89	178,82	16,94	5,39	0,52	19,85	9,75	3,42	 
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80	
	U	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		
Összesen:		5 492,80	1 294,34	42,72	51,79	12,40	165,55	24,42	8,23		





2024. 04. 25.  
csütörtök

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

<b>T</b>	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	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	
<b>E</b>	Tárkonyos zöldség leves O*T.M.	290,68	69,54	1,36	3,91	0,44	7,04	0,42	1,23	
	Fokhagymás aprópecsenye O*	977,74	233,91	10,59	20,84	5,85	0,70	0,00	0,89	
	Lencsefőzelék O* T.M.	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,82	
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
<b>U</b>	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	275,88	66,00	1,78	6,44	2,44	0,24	0,00	0,30	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	
	Összesen:	5 518,52	1 320,22	50,87	50,81	12,86	161,02	22,36	5,84	





2024. 04. 26. péntek (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Csicseriborsókrém O*	399,48	3,58	6,02	1,22	0,17	15,02	0,00	1,00		
		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	Karalábéleves ovi* tojás	309,49	74,04	1,78	3,90	0,44	7,78	0,00	1,28		
		Vadas pulyka csíkok O* T.M.	888,23	212,50	14,65	9,79	2,33	16,01	3,00	1,53		
		Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
	U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:		4 513,90	987,89	36,28	19,35	3,67	186,67	38,68	5,64		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

