



Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

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. 22. hétfő (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		
	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		
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	E Gulyásleves marhahússal O*D.	649,43	155,37	9,17	6,42	0,64	10,75	0,05	1,12		
	Darás metélt Ovi* G.T.M.	1 655,21	395,98	2,64	4,41	0,47	84,95	22,55	0,40		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	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		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	Összesen:	4 785,02	1 144,73	23,58	41,49	10,11	160,79	41,12	3,57		


















2024. 04. 23. kedd (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01			
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78			
	E	Csorba leves O* GTM.	975,98	233,49	8,41	17,63	4,90	9,48	0,03	1,60		
		Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07		
		Burgonya főzelék O*G.T.M.	887,87	212,41	3,84	5,12	0,60	36,29	0,04	0,80		
	Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24			
	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	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
Paradicsom		18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
Összesen:		5 346,87	1 279,16	37,91	62,90	19,17	133,09	14,29	6,04			
2024. 04. 24. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
T	Tejeskávés 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			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
E	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,02	0,84			





2024. 04. 24. szerda (00470)		Tojás-gluténmentes 4-6 év										
E	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		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
Összesen:		4 879,57	1 147,63	36,01	51,39	12,30	136,78	23,38	7,31			
2024. 04. 25. csütörtök (00470)		Tojás-gluténmentes 4-6 év										
T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
	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			
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78			
E	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* G.T.M.	1 308,72	313,09	17,75	5,00	0,42	48,79	2,04	0,80			
	Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24			
U	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	275,88	66,00	1,78	6,44	2,44	0,24	0,00	0,30			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00			
Összesen:		5 395,80	1 290,86	52,94	54,50	14,69	143,17	13,30	5,50			





2024. 04. 26.

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			
	Csicseriborsókrém O*	399,48	3,58	6,02	1,22	0,17	15,02	0,00	1,00			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	E	Karalábéleves O*G.M.	311,79	74,59	1,27	3,95	0,45	8,01	0,02	0,89		
		Vadas pulyka csíkok O* G.T.M.	888,75	212,62	14,23	9,75	2,33	16,47	3,03	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		
		Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	Összesen:		3 932,52	848,80	29,09	19,74	3,66	158,42	37,67	4,55		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

