



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 06. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
	Mák szórat I*	878,56	210,18	3,60	12,00	1,50	20,39	12,92	0,01		
	Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,79		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	6 242,26	1 493,36	35,67	56,53	13,80	206,71	15,07	5,06		
2024. 05. 07. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T Harcsapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00		
	E Húsleves I** T.M.	259,23	62,02	2,89	0,71	0,07	10,77	0,00	1,04		
	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Almamártás sulit.T.M.	571,20	136,65	1,84	0,78	0,02	29,83	12,99	0,02		





2024. 05. 07. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év		E	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:		4 913,87	1 175,58	49,16	41,35	12,07	145,21	15,39	4,97		
2024. 05. 08. szerda (00525) Tejmentes 7-14 év		T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Zöldségleves sulj*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
			Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		U	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		
		Összesen:		5 945,87	1 398,37	48,39	54,55	13,86	179,71	15,83	8,74		





2024. 05. 09. csütörtök		(00525) Tejmentes 7-14 év											
T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66				
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	E	Tavaszi leves I* diéta	372,56	89,13	2,63	5,02	0,54	8,27	0,05	1,12			
		Csirkeragu Budapest módra I*	1 215,29	184,31	26,36	15,78	3,64	11,47	0,18	0,96			
		Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76			
	Lilahagym.savanyúkápos zta I*	216,71	51,85	0,96	3,86	0,42	3,24	0,00	0,45				
	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:		5 120,18	1 118,50	51,47	46,08	11,13	148,13	18,08	5,69				
2024. 05. 10. péntek		(00525) Tejmentes 7-14 év											
T	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84				
	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				
E	Pulykaraguleves mir. I* D.	889,22	212,73	13,75	11,55	2,32	13,04	0,00	1,18				
	Zöldséges tallér I*	228,04	54,56	0,00	6,03	0,69	0,00	0,00	0,00				
	Sárgarépás rizs isk*	1 413,23	338,09	6,20	8,66	1,01	58,30	0,00	1,15				
U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80				





2024. 05. 10.	(00525) Tejmentes 7 1.1 Á.1.	U	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Összesen:	5 656,76	1 347,42	39,85	65,11	16,67	142,43	1,75	5,91		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

