



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

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. 05. 06. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 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. G.M.	1 111,50	265,91	1,28	2,88	0,26	58,40	0,00	0,29		
	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		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Összesen:	5 981,91	1 431,08	24,95	54,37	13,30	206,79	15,07	4,56	





2024. 05. 07. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év												
2024. 05. 08. szerda (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	Harcspástétom 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.M.	571,20	136,65	1,84	0,78	0,02	29,83	12,99	0,02		
		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 (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,00		
		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 sulit-tej-tojásmentes	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		





2024. 05. 08.	(00546) Tojás-csirkehús	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:	6 220,88	1 464,16	49,61	61,31	16,46	179,65	15,83	8,67		
2024. 05. 09. csütörtök	(00546) Tojás-csirkehúsmentes 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		
			Sertés aprópecsenye I*diéta	1 186,90	283,95	14,48	23,84	7,34	2,53	0,00	1,36		
			Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76		
			Lilahagym.savanyúkáposzta 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:	5 091,79	1 218,14	39,59	54,14	14,83	139,19	17,90	6,09		





2024. 05. 10.

péntek

(00546)
Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év

T	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	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		
	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	
		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

