



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 06. hétfő (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	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		
	E Frankfurti leves ovi* T.M.	327,98	78,46	2,71	3,02	0,34	9,91	0,00	0,37		
	Mák szórat O*	619,27	148,15	2,40	8,00	1,00	15,59	10,61	0,00		
	Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Összesen:	4 581,67	1 096,09	16,22	29,49	6,24	188,36	30,44	3,11	





2024. 05. 07. kedd (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12			
	Harcspástétom 130g	217,62	52,06	0,00	4,74	0,64	0,92	0,04	0,23			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
	E	Húsleves O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79		
		Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Almamártás ovi*T.M.	435,97	104,30	1,41	0,60	0,02	22,57	9,99	0,01		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	U	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			
Összesen:		4 459,22	1 066,79	40,21	34,30	9,83	143,05	30,01	4,08			
2024. 05. 08. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,42	0,05	0,00	0,00			
	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			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06			





2024. 05. 08. szerda (00493)		Tej-és tojásmentes									
E	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	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:		5 225,96	1 237,08	39,16	45,15	12,30	167,65	33,44	6,99		
2024. 05. 09. csütörtök (00493)		Tej-és tojásmentes 4-6 év									
T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00		
	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		
E	Tavaszi leves O* diéta	246,17	58,89	1,78	3,04	0,33	5,93	0,02	0,89		
	Csirkeragu Budapest módra O*	911,47	138,23	19,77	11,83	2,73	8,60	0,14	0,72		
	Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51		
	Lilahagym.savanyúkáposzta O*	247,09	59,11	0,90	4,78	0,53	3,04	0,00	0,45		
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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		4 817,58	1 072,70	42,13	37,58	8,66	158,36	35,94	4,70		





2024. 05. 10.

péntek

(00493)

Tej-és tojásmentes 4-6 év

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56			
	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			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Pulykaraguleves mir. O* D.	727,48	174,04	10,99	9,61	1,90	10,58	0,00	1,14		
		Zöldséges tallér O*	175,42	41,97	0,00	4,64	0,53	0,00	0,00	0,00		
		Sárgarépás rizs ovi*	1 164,67	278,63	5,16	6,74	0,78	48,93	0,00	0,89		
	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		
	Összesen:		5 072,74	1 209,65	33,98	50,49	12,79	147,89	19,66	5,03		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

