



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 06. hétfe (00470) Tojás-gluténmentes 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		
	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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	<b>E</b> Frankfurti leves ovi* G.T.M.	621,09	148,59	5,94	9,07	2,65	10,19	0,02	1,12		
	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		
	<b>U</b> Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	4 637,02	1 109,34	13,62	37,07	8,92	177,90	29,71	3,87		





2024. 05. 07. kedd (00470)		Tojás-gluténmentes 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			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
	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*G.T.M.	433,32	103,66	0,51	0,54	0,02	23,46	9,99	0,01		
		Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24		
	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		
Kenyér gluténmentes		290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
Összesen:		3 655,26	874,45	28,66	34,56	9,83	107,46	28,46	3,43			
2024. 05. 08. szerda (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			
	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			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,02	0,84			





2024. 05. 08. szerda													
2024. 05. 09. csütörtök													
2024. 05. 08. szerda	Tojás-gluténmentes (00470)	1. é. év	E	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84	
				Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24	
			U	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	
				Összesen:	4 881,33	1 154,63	34,00	46,99	12,66	147,67	32,35	6,18	
2024. 05. 09. csütörtök	Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)		T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	
				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	
			E	Tavaszi leves ovi tojás	296,28	70,88	1,84	3,07	0,32	8,80	0,02	0,86	
				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.savanyúkápos zta 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	
				Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52	
	Összesen:	4 050,40	889,16	36,25	38,44	9,98	118,71	26,45	4,44				





2024. 05. 10.

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			
	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			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Pulykaraguleves mir. O*G.M.	730,93	174,87	10,22	9,68	1,92	10,91	0,03	1,14		
		Natúr Csirkemell ovi G.M.	670,22	160,34	17,82	7,22	0,91	5,74	0,03	0,92		
		Sárgarépás rizs ovi*	1 164,67	278,63	5,16	6,74	0,78	48,93	0,00	0,89		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	8,40	0,00		
	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		
	Összesen:		5 207,01	1 241,77	45,07	53,52	13,17	137,74	27,06	5,25		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

