



Tételes étlap 2024.05.13. - 2024.05.19.

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. 13. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Füstölt trapista sajt	441,41	105,60	7,80	8,10	5,40	0,36	0,15	0,54			
	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 Palócleves mir I*T.M.	847,26	202,69	12,81	10,56	2,21	13,68	0,00	1,56			
	Tejbeköles I*	1 151,69	275,52	10,61	4,57	2,02	47,82	8,00	0,56			
	Kakaós porcukor suli*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	20,02	0,12			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	U 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			
		Összesen:	5 684,70	1 359,97	48,81	55,04	18,36	162,79	29,82	5,58		





2024. 05. 14. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év											
T	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00		
E	Zöldségleves suli*tej-tojás.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
	Sertés pörkölt I*	1 168,79	279,62	14,57	23,62	6,97	3,61	0,30	1,36		
	Tökfőzelék I* T.M.	630,90	90,21	4,27	4,09	0,42	23,82	0,80	1,05		
	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:	5 325,56	1 213,34	44,73	50,31	14,61	157,73	16,93	6,81		
2024. 05. 15. szerda (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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
E	Fahéjas Szilvaleves I*	566,88	135,62	0,85	0,05	0,01	32,09	14,02	0,09		
	Brokkoli-srúpás puykaragu I*TM	1 082,25	258,91	18,75	18,13	6,51	4,86	0,08	3,07		
	Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	1,00		
U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		





2024. 05. 15	00546	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Összesen:	5 625,77	1 345,89	42,01	46,90	13,72	185,14	31,95	6,51	
2024. 05. 16. csütörtök	(00546) Tojás-csirkehúsmentes 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	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
		E	Zöldborsóleves I* T.M.	447,58	107,08	4,45	4,03	0,43	12,98	0,00	0,85	
			Köményes sertéssült isk	719,69	172,18	16,90	11,15	2,84	0,83	0,00	0,96	
			Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89	
			Joghurtos sárgarépasaláta I*	214,99	51,43	0,77	0,42	0,13	10,82	5,00	1,63	
		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:	4 893,81	1 170,78	40,84	38,11	9,34	161,60	25,90	6,07	





2024. 05. 17.

péntek

(00546)

Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év

T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
E	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Borsos tokány I* TM.	970,00	225,49	17,52	15,15	3,35	6,11	0,00	1,40		
	Tészta köret orsó isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00		
U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
	Összesen:	4 333,81	1 030,23	30,40	43,23	17,49	130,78	2,77	3,04		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

