



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 (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 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			
	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			
	<b>E</b> Palócleves mir O*T.M.	641,89	153,56	10,17	7,70	1,68	10,56	0,00	1,25			
	Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,98	0,03			
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	<b>U</b> 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			
	Összesen:		4 968,88	1 188,72	32,21	38,76	10,38	173,58	52,66	4,20		





2024. 05. 14.

kedd

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 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			
	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	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00			
	<b>E</b>	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07		
		Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	<b>U</b>	Minizsem 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:	4 667,09	1 070,99	35,67	41,45	12,42	147,55	34,47	5,65			





2024. 05. 15.

szerda

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12		
	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	Fahéjas Szilvaleves O* T.M.	410,13	98,12	0,60	0,04	0,00	23,26	10,02	0,20		
	Brokkoli-srúpás csirkeragu OTM	621,33	148,64	14,89	8,23	2,04	3,57	0,05	1,56		
	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80		
U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	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		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
Összesen:		5 065,10	1 211,74	36,96	33,97	8,14	185,34	45,89	4,78		





2024. 05. 16.  
csütörtök

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

<b>T</b>	Rizstej	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
	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	
<b>E</b>	Zöldborsóleves O* T.M.	339,24	81,16	2,61	3,89	0,43	8,79	0,00	1,26	
	Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	56,22	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77	
	Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75	
	Sárgarépás saláta O*	152,52	36,49	0,61	0,10	0,02	8,01	3,84	0,30	
<b>U</b>	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	
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
	Összesen:	4 988,33	1 093,60	40,66	49,02	12,25	143,32	16,21	5,60	





2024. 05. 17. péntek (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T	Tejeskávés ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,00	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,00	0,03		
	E	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01			
		Borsos tokány O* TM.	723,68	167,65	13,12	11,36	2,52	4,38	0,00	1,16			
		Tészta köret orsó ovi*tojás	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	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:		4 314,48	1 026,68	26,09	44,02	17,53	131,40	15,71	2,63			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
diétetikus

.....  
Gazdaságvezető

