



Tételes étlap 2025.05.19. - 2025.05.25.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 05. 19. hétfő	(00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		E	Lencseleves húsos (sertés) I*	1 205,45	288,39	14,75	13,95	3,26	25,53	0,00	1,13		
			Gluténmentes vaníliás batyu 10	1 805,76	432,00	1,60	18,40	9,60	65,20	4,60	0,20		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
			Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
			Összesen:	5 029,11	1 203,14	23,91	42,29	18,97	179,64	17,69	3,62		
2025. 05. 20. kedd	(00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Lebbencsleves I* D.	523,50	125,24	3,30	4,36	0,49	18,53	0,27	1,41		
			Kakukkfűves Csirkemell I.TM	975,18	233,30	37,07	8,94	1,22	0,89	0,00	1,27		
			Finomfőzelék I* T.M,	989,73	236,78	8,11	6,95	0,77	34,81	4,40	1,31		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		





2025. 05. 21. szerda	(00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
			Összesen:	5 869,72	1 398,37	72,73	54,32	19,13	153,36	11,98	6,82		
		T	Fekete áfonya dzsem	304,66	72,89	0,08	0,00	0,00	17,91	17,91	0,01		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Tárkonyos zöldség leves I*T.M.	446,20	106,75	1,97	6,32	0,71	10,20	0,61	1,83		
			Natúr sertés szelet I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66		
			Paradicsom mártás I*	738,43	144,90	3,25	6,02	0,65	27,14	11,99	1,22		
			Tört burgonya féladag isi*	393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	1,19		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,90	0,00		
			Összesen:	5 290,76	1 233,99	43,13	29,82	5,25	201,69	35,09	6,47		





2025. 05. 22. csütörtök (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év		T	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
		E	Karalábéleves suli*T.M.	452,16	108,17	2,57	5,82	0,65	11,12	0,00	0,93		
			Zöldborsós csirkemellcsíkok*TM	813,84	194,70	23,33	6,63	0,84	10,11	0,00	1,34		
			Párolt rizs (jázmin) I*	280,67	67,15	0,00	7,43	0,85	0,00	0,00	0,63		
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
		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	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	4 481,95	1 072,25	43,10	50,70	10,74	106,40	3,99	5,78		





2025. 05. 23. péntek (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60	 	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E	Zöldbableves sulit*, tojás	354,07	84,71	3,03	3,15	0,32	10,78	0,00	1,18		
		Bolognai szósz I* T.M.	1 396,53	334,10	15,93	27,04	7,66	7,05	0,27	2,42		
		Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,89	 	
	U	Minidzsem 20g-os, diabetikus	109,74	0,00	0,32	0,03	0,00	5,96	0,00	0,03	 	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
	Összesen:		5 597,96	1 312,98	44,27	57,81	17,80	157,54	4,03	6,87		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

