



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	(00521) Tej-tojás-gabonamentes 7-14 év	T	Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		E	Lencseleves húsos (sertés) I*G	1 205,89	288,49	14,39	13,91	3,26	25,93	0,01	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:	5 023,23	1 201,73	18,30	41,69	18,77	186,62	18,36	2,88		
2025. 05. 20. kedd	(00521) Tej-tojás-gabonamentes 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		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Lebbencsleves isk* G.M.	510,51	122,13	2,37	4,16	0,47	18,80	0,17	1,32		
			Kakukkfűves Csirkemell I.TM	975,18	233,30	37,07	8,94	1,22	0,89	0,00	1,27		
			Finomfőzelék I* G.T.M,	990,61	236,99	7,39	6,87	0,77	35,60	4,41	1,31		
			Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		





2025. 05. 21. szerda	2025. 05. 20. (00521) Tej-tojás- gaboname	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:	5 471,54	1 303,11	65,00	56,08	19,49	133,41	8,65	6,29		
		T	Fekete áfonya dzsem	304,66	72,89	0,08	0,00	0,00	17,91	17,91	0,01		
			Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
		E	Tárkonyos zöldség leves I*T.M.	446,20	106,75	1,97	6,32	0,71	10,20	0,61	1,83		
			Natúr sertéskaraj I* G.M.	929,74	222,43	17,40	13,94	3,16	6,49	0,01	1,35		
			Paradicsom mártás isk G.M.	759,97	181,81	2,78	6,00	0,63	28,78	12,04	0,72		
			Tört burgonya féladag isi*	393,82	94,22	2,75	0,22	0,02	20,24	0,00	1,19		
			Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		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:	5 158,26	1 234,05	36,68	29,70	5,04	200,17	34,41	5,47		





2025. 05. 22. csütörtök (00521) Tej-tojás-gabonamentes 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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
	E Karalábéleves suli*G.M.	455,61	109,00	1,80	5,90	0,68	11,46	0,03	0,93		
	Zöldborsós cs.mellcsíkok I.G.M	814,13	194,77	23,09	6,60	0,84	10,37	0,02	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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
Összesen:		4 241,61	1 014,76	31,01	51,72	10,94	102,84	2,86	5,05		
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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Zöldbableves suli*G.T.M.	357,52	85,53	2,26	3,23	0,34	11,12	0,04	1,18		
	Bolognai Spagetti I* G.T.M.	2 026,53	484,82	19,61	16,08	3,35	65,53	0,27	2,42		





2025. 05. 23. péntek	(00521) Tej-tojás- gluténmentes	E	Tészta köret spagetti I. G.M.	1 111,50	265,91	1,28	2,88	0,26	58,40	0,00	0,29		
		U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
			Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
			Összesen:	5 891,65	1 409,50	25,16	45,71	13,18	222,45	19,02	5,52		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

