



Tételes étlap 2024.05.20. - 2024.05.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 05. 21. kedd (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R Kókusztej	824,00	0,00	2,02	21,33	18,92	2,81	0,00	0,03			
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	E Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88			
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50			
	U 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			
	Összesen:		4 539,60	888,90	34,81	60,22	29,92	102,44	1,23	3,83		





2024. 05. 22.

szerda

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
	Főtt virsli bölcsi	755,74	180,80	9,60	16,00	4,80	0,08	0,00	1,52	 		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00			
	T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	E	Pulyka aprópecsenye b	547,64	131,01	11,44	8,95	2,14	1,01	0,00	0,58		
		Paradicsomos káposzta bölcsi*	625,63	149,67	4,36	4,28	0,46	22,81	5,09	0,78	 	
	U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
Kaliforniai paprika		38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
Összesen:		3 369,84	806,17	34,98	38,07	9,78	79,17	10,95	4,33			





2024. 05. 23.
csütörtök

(00474)
Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Natúr Csirkemell B.	478,36	114,44	13,03	5,19	0,65	3,77	0,00	0,68		
	Burgonyapüré bölcsi*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
	Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35		
U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 720,00	889,95	26,44	20,29	4,71	146,52	10,74	3,79		





2024. 05. 24. péntek (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	E	Sertés sült bölcsi	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48		
		Parajfőzelék mir. bölcsi T,M.	477,19	114,16	5,43	1,37	0,13	19,76	3,31	0,98		
	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:		3 934,20	941,19	29,35	28,70	14,00	139,68	25,26	3,28		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

