



Tételes étlap 2024.05.27. - 2024.06.02.

| 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. 27.<br>hétfő<br>(00525)<br>Tejmentes 7-14 év | T Zala felvágott                 | 273,37       | 65,40          | 3,90        | 5,40     | 2,22           | 0,33           | 0,15      | 0,66   |            |          |
|  | 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 Lencseleves húsos (sertés) I*  | 1 205,45     | 288,39         | 14,75       | 13,95    | 3,26           | 25,53          | 0,00      | 1,13   |            |          |
|  | Diósórat I*                      | 786,03       | 188,05         | 3,34        | 14,34    | 1,34           | 12,53          | 10,99     | 0,00   |            |          |
|  | Tészta köret spagetti I.         | 1 371,85     | 328,19         | 12,00       | 5,04     | 0,76           | 58,32          | 0,00      | 0,79   |            |          |
|  | Alma                             | 218,12       | 52,18          | 0,60        | 0,60     | 0,00           | 10,50          | 0,00      | 0,02   |            |          |
|  | U Gluténmentes ostya (kg)        | 875,71       | 209,50         | 0,75        | 4,30     | 1,68           | 41,70          | 1,25      | 1,20   |            |          |
|  | Gyümölcsle 0,2-es 50%            | 426,72       | 102,09         | 0,54        | 0,00     | 0,00           | 25,40          | 0,00      | 0,00   |            |          |
|  | Összesen:                        | 6 415,29     | 1 534,77       | 42,17       | 58,44    | 13,29          | 208,66         | 13,14     | 4,77   |            |          |
| 2024. 05. 28.<br>kedd<br>(00525)<br>Tejmentes 7-14 év  | T EUROFOOD baromfikrém csirkemáj | 210,25       | 50,30          | 3,37        | 3,28     | 0,98           | 1,64           | 0,00      | 0,24   |            |          |
|  | Zsemle                           | 726,82       | 173,88         | 6,25        | 0,81     | 0,23           | 34,27          | 0,75      | 0,77   |            |          |
|  | Kápia paprika                    | 24,57        | 5,88           | 0,36        | 0,09     | 0,00           | 0,90           | 0,00      | 0,00   |            |          |
|  | E Zöldségleves sulitejtojás.     | 379,68       | 90,83          | 2,57        | 4,07     | 0,43           | 10,67          | 0,00      | 1,33   |            |          |
|  | Kakukkfűves sült cs.combf. I*T   | 878,45       | 77,12          | 21,56       | 11,76    | 2,05           | 4,28           | 0,00      | 1,03   |            |          |
|  | Parajfőzelék sulitej T.M.        | 775,78       | 185,59         | 5,94        | 8,80     | 0,94           | 20,44          | 3,20      | 0,88   |            |          |





|                            |                              |          |                                |          |        |       |        |      |        |       |      |  |  |
|----------------------------|------------------------------|----------|--------------------------------|----------|--------|-------|--------|------|--------|-------|------|--|--|
| 2024. 05. 28.<br>kedd      | (00525)<br>Tejmentes 7-14 év | E        | 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:                      | 4 723,60 | 997,01 | 52,65 | 30,43  | 5,09 | 156,87 | 19,03 | 5,80 |  |  |
| 2024. 05. 29.<br>szerda    | (00525)<br>Tejmentes 7-14 év | T        | Harcspástétom 130g             | 362,70   | 86,77  | 0,00  | 7,90   | 1,07 | 1,53   | 0,06  | 0,39 |  |  |
|                            |                              |          | Zsemle                         | 726,82   | 173,88 | 6,25  | 0,81   | 0,23 | 34,27  | 0,75  | 0,77 |  |  |
|                            |                              |          | TV paprika                     | 24,57    | 0,00   | 0,36  | 0,09   | 0,00 | 0,90   | 0,00  | 0,00 |  |  |
|                            |                              | E        | Fokhagyma krémleves I*TM       | 323,78   | 77,46  | 1,32  | 4,85   | 0,58 | 7,04   | 0,32  | 0,98 |  |  |
|                            |                              |          | Édes-savanyú csmell csíkok I*T | 686,81   | 164,31 | 20,39 | 5,58   | 0,73 | 7,71   | 2,76  | 0,77 |  |  |
|                            |                              |          | Petrezselymes rizsköret I*     | 1 408,85 | 337,05 | 6,49  | 6,74   | 0,78 | 62,20  | 0,00  | 1,00 |  |  |
|                            |                              | U        | Téliszalámi                    | 432,21   | 103,40 | 4,60  | 9,40   | 3,80 | 0,10   | 0,10  | 0,90 |  |  |
|                            |                              |          | 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:                    | 5 223,78 | 1 243,84                       | 45,70    | 50,18  | 11,22 | 148,10 | 4,74 | 5,78   |       |      |  |  |
| 2024. 05. 30.<br>csütörtök | (00525)<br>Tejmentes 7-14 év | T        | 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 |  |  |
|                            |                              |          | Kaliforniai paprika            | 38,70    | 9,26   | 0,30  | 0,09   | 0,01 | 1,81   | 0,00  | 0,00 |  |  |





| 2024. 05. 30.<br>csütörtök<br>(00525)<br>Tejmentes 7-14 év |                                 |                                |          |        |       |       |        |       |      |      |  |  |
|--|---------------------------------|--------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|--|--|
| E  | Gulyásleves marhahússal I*D.    | 1 008,11                       | 241,18   | 12,84  | 11,19 | 1,15  | 16,14  | 0,08  | 1,39 |      |  |  |
|  | Darás metélt I*                 | 1 920,63                       | 459,48   | 13,70  | 8,29  | 1,07  | 81,98  | 5,99  | 0,93 | <br> |  |  |
|  | Barackíz                        | 241,66                         | 57,81    | 0,10   | 0,00  | 0,00  | 14,26  | 12,46 | 0,00 |      |  |  |
|  | Porcukor                        | 335,66                         | 80,30    | 0,00   | 0,00  | 0,00  | 19,98  | 19,98 | 0,00 |      |  |  |
|  | U                               | Paprikás szalámi               | 476,52   | 114,00 | 3,60  | 8,32  | 4,26   | 0,20  | 0,10 | 0,80 |  |  |
|  |                                 | 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:  |                                 | 6 646,46                       | 1 590,07 | 46,48  | 58,35 | 14,88 | 204,36 | 40,26 | 5,90 |      |  |  |
| 2024. 05. 31.<br>péntek<br>(00525)<br>Tejmentes 7-14 év    |                                 |                                |          |        |       |       |        |       |      |      |  |  |
| T  | Főtt tojás isk*                 | 138,10                         | 33,04    | 2,70   | 2,40  | 0,62  | 0,12   | 0,00  | 0,07 |      |  |  |
|  | 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  | Csurgatott tojás leves sulit*TM | 445,66                         | 106,61   | 3,42   | 7,36  | 1,10  | 6,55   | 0,00  | 1,24 | <br> |  |  |
|  | Natúr sertés falatok I*         | 929,15                         | 222,29   | 17,88  | 13,99 | 3,16  | 5,96   | 0,00  | 0,66 |      |  |  |
|  | Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.    | 1 137,50                       | 272,13   | 5,91   | 5,64  | 1,36  | 48,10  | 2,40  | 1,53 | <br> |  |  |
|  | Céklasaláta, csemege szeletelt  | 212,30                         | 50,79    | 1,05   | 0,08  | 0,00  | 11,13  | 6,39  | 0,98 |      |  |  |
| U  | Miniméz 20g-os                  | 273,50                         | 65,43    | 0,08   | 0,00  | 0,00  | 16,20  | 16,20 | 0,00 |      |  |  |





|                 |                 |   |        |          |          |       |       |       |        |       |      |  |
|-----------------|-----------------|---|--------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|
| 2024.<br>05. 31 | (<br>00525<br>, | U | Zsemle | 726,82   | 173,88   | 6,25  | 0,81  | 0,23  | 34,27  | 0,75  | 0,77 |  |
| Összesen:       |                 |   |        | 5 135,81 | 1 228,67 | 43,88 | 45,12 | 10,50 | 157,19 | 26,49 | 6,23 |  |



.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

