



Tételes étlap 2024.06.03. - 2024.06.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 03. hétfő (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	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		
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E Sertés vetreceB*TM	813,48	194,61	8,68	15,87	4,55	4,02	0,00	0,31		
	Tészta kör. szarvacska B*GM	599,61	143,45	0,64	2,60	0,26	29,20	0,00	0,20		
	U Húskrém csirke bölcsiT.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
Összesen:		3 422,49	818,78	25,95	34,38	8,79	98,65	6,23	3,37		
2024. 06. 04. kedd (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
	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		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		





2024. 06. 04. kedd (00472)		Tej-tojásmentes 1-3 év									
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
E	Rakott kelkáposzta BölcsiT.M.	869,29	207,96	15,10	8,61	1,76	18,59	0,08	0,87		
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
Összesen:		4 608,79	806,88	35,45	51,38	32,83	126,75	1,53	2,64		
2024. 06. 05. szerda (00472)		Tej-tojásmentes 1-3 év									
R	Kakaó bölcsi T.M.	534,50	127,87	1,49	2,32	0,48	24,56	17,21	0,09		
	Diós krém B* T.M.	300,39	71,86	0,63	7,48	1,98	0,42	0,00	0,08	 	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
E	Natúr sertéskaraj bölcsi	550,13	131,61	11,23	7,82	1,87	3,92	0,00	0,71		
	Paradicsom mártás bölcsi	665,98	137,42	3,78	5,05	0,54	24,47	5,99	0,30	 	
	Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10		
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	 	
	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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
Összesen:		4 336,32	1 015,48	34,40	35,22	8,72	141,18	24,80	3,38		





2024. 06. 06. csütörtök		Tej-tojásmentes 1-3 év										
(00472)												
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	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	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			
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
	E	Palócleves mir B T.M.	421,26	100,78	8,01	3,03	0,95	10,09	0,00	1,06		
		Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40		
	U	Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Alma		72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01			
Összesen:		4 683,07	1 120,35	27,21	26,66	5,97	187,04	29,10	3,80			
2024. 06. 07. péntek	Tej-tojásmentes 1-3 év											
	(00472)											
	R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
		Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
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			





2024. 06. 07. péntek (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	E	Natúr Csirkemell B.	478,36	114,44	13,03	5,19	0,65	3,77	0,00	0,68			
		Cukkinis sárgarépa főz *B.T.M.	482,34	115,39	3,26	3,52	0,37	17,35	0,80	0,81			
	U	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
		Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
		Összesen:	4 660,40	819,23	33,66	50,61	31,93	133,35	3,37	3,02			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

