



Tételes étlap 2024.06.03. - 2024.06.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 06. 03. hétfő (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	<b>T</b> Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	<b>E</b> Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89			
	Tejbedara szórattal O. T.M.	1 334,94	319,36	5,74	3,21	0,64	65,67	28,01	0,14			
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	<b>U</b> 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			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	Összesen:		5 291,03	1 265,79	34,38	40,74	12,77	185,60	65,07	4,00		





2024. 06. 04. kedd (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	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	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	E	Karfiolleves O*(piros)	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41		
		Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,05	0,89		
		Mexikóis párolt rizs O*	1 056,23	252,69	5,48	4,89	0,56	46,24	0,00	0,40		
	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:		4 936,63	1 181,02	39,41	35,31	7,38	172,35	33,21	3,81			
2024. 06. 05. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Kukoricapehely (corn flakes)	489,06	117,00	2,25	0,93	0,33	24,60	2,76	0,57			
E	Zellerkrémleves mir. oviT.M.	378,75	90,61	1,33	5,96	0,68	7,62	0,92	1,04			
	Budapestragu O*	1 001,42	239,57	19,71	13,81	3,90	8,76	0,00	0,69			
	Burgonya sós *O	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,61			
U	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			





2024. 06. 05.	(00493) Tej-és tejélesztő	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
			Összesen:	5 776,31	987,62	42,26	82,18	48,73	122,22	4,51	4,58		
2024. 06. 06. csütörtök	(00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
			Harcsapástétom 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		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E	Csontleves ovi*tojásm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85		
			Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
			Almamártás ovi*T.M.	435,97	104,30	1,41	0,60	0,02	22,57	9,99	0,01		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
			Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	5 101,60	826,23	31,72	61,85	43,01	137,68	12,04	3,39				





2024. 06. 07.  
péntek

(00493)  
Tej-és tojásmentes 4-6 év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12			
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Tarhonyáshús O* tojás	1 447,71	346,34	14,03	11,99	2,51	46,03	0,15	1,80		
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
	U	Tavaszi felvágott	155,50	37,20	1,88	3,06	0,88	0,56	0,10	0,44		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	Összesen:		4 831,84	1 155,93	33,72	33,94	7,73	175,52	39,97	5,44		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

