



Tételes étlap 2024.06.10. - 2024.06.16.

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. 10. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T 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		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
	Krumplis tészta suli*	2 058,72	492,52	15,00	12,39	1,58	79,81	0,09	2,06		
	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:	5 943,85	1 421,98	41,43	64,89	17,11	164,66	1,69	6,41			
2024. 06. 11. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T 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		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Zöldségleves (zöldbabos) I*	421,00	100,72	2,66	4,81	0,51	11,37	0,00	1,01		
	Fűszeres cs.mellcsíkok I*T.M.	710,32	169,93	20,26	8,35	1,05	3,21	0,00	1,14		
	Rizi-bizi mir. I* diéta	1 444,77	345,64	9,10	6,91	0,78	61,25	0,00	0,61		
U Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			





2024. 06. 11	00525	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
			Összesen:	5 017,50	1 200,36	49,41	37,88	8,90	162,07	17,70	5,05				
2024. 06. 12. szerda	(00525)	Tejmentes 7-14 év	T	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
				Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80			
				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 suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33			
				Milánói makaróni I* .T.M.	2 174,33	520,18	26,95	16,58	3,28	65,98	0,52	4,94			
			U	Harcapástétom 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			
				Összesen:	5 402,66	1 292,51	46,02	52,58	13,30	147,90	2,18	9,20			
			2024. 06. 13. csütörtök	(00525)	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			
	TV paprika	24,57				0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
E	Lebbencsleves I* D.	523,50				125,24	3,30	4,36	0,49	18,53	0,12	1,41			
	Kakukkfűves Csirkemell I*	825,73				197,54	25,41	8,52	1,11	4,62	0,01	0,98			





2024. 06. 13. csütörtök														
2024. 06. 14. péntek														
2024. 06. 13. csütörtök	Tejmentes 7-14 év (00525)	E	Finomfőzelék I* T.M,	989,73	236,78	8,11	6,95	0,77	34,81	4,40	1,31			
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		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	0,00	0,00	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:	5 988,90	1 426,88	63,27	56,59	13,21	163,45	7,08	7,91					
2024. 06. 14. péntek	Tejmentes 7-14 év (00525)	T	Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78			
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	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	Ribizke leves I*TM	461,37	110,37	0,62	0,25	0,01	25,07	10,03	0,01			
			Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89			
			Gyros fűsz. csirkecomb. I*	813,78	74,95	19,24	12,26	2,07	1,62	0,00	1,00			
			Fűszeres sárgarépa saláta I*	257,17	61,53	1,40	0,88	0,11	11,64	2,30	1,54			
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50			
			Összesen:	5 516,87	1 200,10	45,47	53,27	14,85	156,77	18,02	7,70			





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

