



Tételes étlap 2024.06.10. - 2024.06.16.

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. 06. 10. hétfő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	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		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E Frankfurti leves ovi* T.M.	327,98	78,46	2,71	3,02	0,34	9,91	0,00	0,37		
	Krumplis tészta ovi*GTM	1 592,31	380,94	6,20	8,77	1,07	68,39	0,08	1,19		
	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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:		4 815,30	1 151,97	25,25	41,50	10,42	165,59	19,64	4,11	





2024. 06. 11. kedd (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év												
T	Tejeskávés ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
	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	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Zöldségleves (zöldbabos) O*	318,64	76,23	2,02	3,61	0,39	8,67	0,00	0,76			
	Fűszeres cs.mellcsíkok O* T.M.	543,83	130,10	15,30	6,37	0,80	2,72	0,00	0,90			
	Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41			
U	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			
	Összesen:	4 922,27	1 177,57	42,23	35,54	8,66	168,96	30,69	4,36			
2024. 06. 12. szerda (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év												
T	Gyümölcsle 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60			
	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	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06			
	Milánói makaróni ovi*tej,tojás	1 403,99	335,88	10,82	9,81	1,91	51,19	0,38	3,50			
U	Harcapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29			





2024. 06. 12	00547	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Összesen:	4 219,65	1 009,48	28,15	38,02	9,64	129,88	2,01	7,15		
2024. 06. 13. csütörtök	(00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T	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		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Lebbencsleves ovi*tojás	314,72	75,29	1,35	3,03	0,34	10,65	0,05	0,66		
			Kakukkfűves Csirkemell ovi*TM	744,04	178,00	24,72	8,44	1,10	0,61	0,00	1,07		
			Finomfőzelék O* T.M.	740,73	177,21	6,44	4,76	0,52	26,66	3,40	1,02		
			Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
		U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			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		
					Összesen:	4 992,93	1 190,55	53,37	43,50	9,94	143,51	23,51	5,98





2024. 06. 14.

péntek

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52			
	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			
	E	Ribizke leves O*TM	354,48	84,80	0,47	0,19	0,00	19,30	8,02	0,01		
		Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	56,22	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77		
		Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75		
		Fűszeres sárgarépa saláta O*	192,23	45,99	1,03	0,73	0,09	8,57	1,70	1,15		
	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
Gyümölcsle 0,2-es 50%		426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
Összesen:		6 082,61	961,14	37,37	71,92	44,93	168,33	14,35	5,15			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

