



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 (00470) Tojás-gluténmentes 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		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
Összesen:	4 141,65	990,81	13,41	42,90	10,76	136,18	18,14	3,87			
2024. 06. 11. kedd (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T Tejeskávé 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		
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	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		





2024. 06. 11. kedd											
(00470) Tojás- gluténmentes 4											
E	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		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	Összesen:	4 338,07	1 037,81	35,97	35,92	8,64	140,02	29,63	3,66		
2024. 06. 12. szerda											
(00470) Tojás-gluténmentes 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		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	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	Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
	Összesen:	3 829,40	916,12	23,40	39,68	9,90	109,60	0,51	6,82		





2024. 06. 13.
csütörtök

(00470)
Tojás-gluténmentes 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		
	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00		
	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* G.T.M.	741,24	177,33	6,02	4,72	0,52	27,12	3,42	1,02		
	Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24		
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		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	Összesen:	4 546,59	1 083,77	45,34	43,94	9,94	124,85	22,22	4,81		





2024. 06. 14.

péntek

(00470)

Tojás-gluténmentes 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		
	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E	Ribizke leves O*GTM	355,09	84,95	0,47	0,16	0,00	19,30	7,99	0,02	
		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:		6 001,79	941,81	34,40	71,92	44,90	167,02	13,81	4,39		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

