



Tételes étlap 2024.06.17. - 2024.06.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 17. hétfő (00470) Tojás-gluténmentes 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		
	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		
	Glutén mentes kenyér	720,50	172,37	1,00	0,25	0,03	40,85	2,50	0,03		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	<b>E</b> Gulyásleves O*	683,12	163,43	6,80	10,12	2,89	10,87	0,00	0,50		
	Krumplis tészta ovi*GTM	1 592,31	380,94	6,20	8,77	1,07	68,39	0,08	1,19		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	<b>U</b> Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	5 050,23	1 208,19	19,56	40,65	11,04	187,87	26,44	4,26		





2024. 06. 18. kedd (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év												
2024. 06. 18. kedd (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Epres rizstej TM*	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00		
		Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
		Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	E	Zöldségleves O*G.M.	295,34	70,65	1,45	3,12	0,34	8,62	0,02	0,84		
		Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63	   	
		Sárgaborsó főzelék O*G.T.M.	1 147,40	274,50	13,19	6,70	0,85	39,33	0,05	0,80		
		Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24		
	U	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		
		Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:		4 577,61	1 091,19	31,62	44,76	11,93	138,00	22,07	5,41		
	2024. 06. 19. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01	
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		
Abonett 100g			578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
Uborka(kígyó)			9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
E		Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90	   	





2024. 06. 19. szerda (00470)		Tojás-gluténmentes										
E	Tavaszi rizseshús (pulyka)O*TM	1 486,73	355,68	18,07	11,55	2,55	44,34	0,00	1,36			
	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:		4 276,84	1 023,17	32,08	42,87	10,69	123,19	4,64	4,38			
2024. 06. 20. 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			
	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75			
	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Gyümölcsleves O* G. T.M.	485,90	116,24	0,52	0,15	0,00	27,76	16,77	0,16			
	Borsos tokány O* G.M.	723,90	173,18	12,94	11,34	2,51	4,58	0,01	1,16			
	Tészta köret orsó ovi*tojás	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,00			
	Őszibarack	161,93	38,74	0,80	1,00	0,00	6,00	0,00	0,01			
U	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60			
	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:		4 951,24	1 184,49	26,25	50,13	15,38	150,22	35,08	3,35			





2024. 06. 21.

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		
	Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Fejtett bableves O* G.M.	601,44	143,89	5,94	4,08	0,48	20,29	0,02	1,05	
		Almás rakott tészta*O GM	1 812,98	433,73	5,25	8,85	0,98	82,05	15,60	0,09	
	U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
		Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00	
	Összesen:		6 448,06	1 148,35	27,35	63,90	40,53	214,91	16,35	1,96	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

