



Tételes étlap 2025.06.23. - 2025.06.29.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 06. 23. hétfő	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
			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	0,06	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Palócleves mir O*T.M.	641,89	153,56	10,17	7,70	1,68	10,56	0,00	1,25		
			Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	24,25	0,40		
			Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	10,70	0,00		
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		U	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
			Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
					Összesen:	5 315,69	1 267,77	23,65	27,47	6,74	230,31	65,92	4,09





2025. 06. 24. kedd (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
2025. 06. 25. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Főtt virsli ovi T.M.	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	1,50		
		Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	4,80	0,43		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Kakukkfűves Csirkemell O*	605,51	144,86	20,27	5,52	0,74	3,40	0,01	0,55		
		Zöldborsófőzelék ovi* T,M,	914,49	218,78	12,01	4,70	0,46	31,52	2,20	0,62		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
		Összesen:	4 435,15	1 061,03	53,02	39,08	16,50	123,09	30,86	5,43		
	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	17,98	0,12		
		Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E	Tárkonyos csirkeraguleves O*TM	685,17	163,92	11,49	9,85	3,51	7,08	0,00	0,63		
		Bolognai Spagetti O* T.M.	1 642,02	392,83	20,63	12,71	2,57	48,94	0,17	1,99		





2025. 06. 25. szerda	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f. mogyoróm 4-6	E	Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	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	0,06	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	6 691,56	1 600,85	53,46	62,27	17,37	202,57	22,05	5,97		
2025. 06. 26. csütörtök	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	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	0,00	0,44		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E	Rántott leves O*tojásm.	216,36	49,99	0,18	3,86	0,44	3,76	0,03	0,88		
			Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91		
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,20		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	12,72	0,00		
		U	Meggyes kakaós rétes*diéta	1 254,00	300,00	6,70	15,00	12,00	31,00	17,00	0,48		
			Összesen:	4 839,40	1 155,96	34,89	45,63	19,52	145,25	49,63	4,86		



.....
Gazdaságvezető