



Tételes étlap 2024.07.01. - 2024.07.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 07. 01. hétfő (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05			
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28			
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	 		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	E Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88			
	Cukkinis sárgarépa főz *B.T.M.	482,34	115,39	3,26	3,52	0,37	17,35	0,80	0,81			
	U 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			
	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:		5 124,82	930,34	39,90	69,87	39,50	111,48	3,78	4,86		





2024. 07. 02.

kedd

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Kakaó bölcsei T.M.	534,50	127,87	1,49	2,32	0,48	24,56	17,21	0,09	
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Újhagyma 12% db	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
E	Sertés sült bölcsei	416,59	99,66	8,49	6,96	1,58	0,65	0,00	0,48	
	Paradicsom mártás bölcsei	665,98	137,42	3,78	5,05	0,54	24,47	5,99	0,30	
	Tört burgonya féladag bölcsei	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10	
U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
Összesen:		4 601,37	1 078,89	31,35	31,15	7,19	169,15	38,54	3,22	





2024. 07. 03.

szerda

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40	
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
T	Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00	
E	Kassai burg.leves B* TM.	551,00	131,82	9,25	6,98	1,62	7,71	0,00	0,73	
	Tejbeköles, Kakaós pc B* TM.	928,28	222,08	3,61	2,76	0,54	45,33	17,50	0,22	
	Őszibarack	80,96	19,37	0,40	0,50	0,00	3,00	0,00	0,00	
U	Sonkakrém házi bölcsei T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,08	0,59	
	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	
	Összesen:	4 045,35	967,79	32,87	27,96	7,19	142,84	24,18	3,62	





2024. 07. 04.
csütörtök

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Csirkepaprikás B*TM	496,09	118,68	9,85	8,13	1,23	1,83	0,27	0,96		
	Tészta köret Farfalle B*GM	863,67	206,62	3,00	2,86	0,40	41,50	0,00	0,56		
	Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35		
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
Összesen:		4 952,04	889,01	26,82	59,23	34,93	138,42	3,12	4,16		





2024. 07. 05.

péntek

(00474)

Tej,toj,.,hal,marha,mogyoróm. 1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	Petrezselymes ráma B* T.M.	266,12	63,66	0,03	7,00	1,90	0,06	0,00	0,10		
	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		
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
	E	Sertés pörkölt bölcsi	476,62	114,02	8,91	8,07	1,68	1,74	0,08	0,64	
		Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60	
	U	Zala felvágott	182,24	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,60	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
	Összesen:		4 990,34	898,16	35,42	63,49	36,34	122,75	3,06	3,77	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

