



Tételes étlap 2024.07.01. - 2024.07.07.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsv (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár | |
|--|---|--------------|----------------|-------------|----------|--------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|--|
| 2024. 07. 01. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év | R Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | | |
| | 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: | | 4 266,21 | 1 020,62 | 41,97 | 42,07 | 13,41 | 115,21 | 3,78 | 4,98 | | |





| 2024. 07. 02. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év | | | | | | | | | | | | | |
|--|--------------------------------|-------------------------------|----------|--------|-------|------|--------|-------|-------|------|--|--|--|
| R | Kakaó bölcsei | 631,11 | 150,98 | 5,26 | 4,24 | 2,25 | 22,24 | 15,01 | 0,24 | | | | |
| | 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 B. GM. | 721,04 | 139,64 | 1,74 | 5,29 | 0,61 | 28,06 | 10,07 | 0,45 | | | |
| | | 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: | | 4 753,04 | 1 104,22 | 33,08 | 33,31 | 9,03 | 170,42 | 40,42 | 3,52 | | | | |
| 2024. 07. 03. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év | R | Csipkebogyótea bölcsei | 87,99 | 21,05 | 0,06 | 0,01 | 0,00 | 5,08 | 5,00 | 0,00 | | | |
| | Kefír 140 gr | 246,62 | 59,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 4,40 | 4,20 | 0,10 | | | | |
| | 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 | | | | |





| 2024. 07. 03. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| R | 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 porcukor B* | 818,17 | 195,73 | 6,63 | 4,46 | 2,12 | 31,98 | 7,50 | 0,16 | | | | |
| | Őszibarack | 80,96 | 19,37 | 0,40 | 0,50 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | | | | |
| U | Sonkakrém házi bölcsi 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: | 4 181,86 | 1 000,44 | 35,89 | 32,66 | 8,77 | 133,89 | 18,38 | 3,66 | | | | |
| 2024. 07. 04. csütörtök (00475) Tojásmentes 1-3 év | | | | | | | | | | | | | |
| R | Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | | | |
| | Párizsi baromfi | 178,25 | 42,64 | 2,38 | 3,64 | 1,38 | 0,04 | 0,00 | 0,46 | | | | |
| | 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* | 543,37 | 129,99 | 10,11 | 9,28 | 1,97 | 1,76 | 0,41 | 0,97 | | | | |
| | 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 | | | | |





| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|--------------------|---|--------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|------|------|--|--|
| 2024. 07. 04. (00475) | Tájakment | 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: | 4 122,50 | 986,24 | 29,53 | 32,00 | 9,52 | 141,68 | 3,16 | 4,35 | | |
| 2024. 07. 05. péntek (00475) | Tojásmentes 1-3 év | R | Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | | | Kukoricapehely (corn flakes) | 244,53 | 58,50 | 1,13 | 0,47 | 0,17 | 12,30 | 1,38 | 0,28 | | |
| | | | Petrezselymes ráma B* | 213,69 | 51,12 | 0,01 | 5,00 | 1,40 | 0,02 | 0,00 | 0,12 | | |
| | | | 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 | Sajtkrém félzsíros, ömlesztett | 142,20 | 34,02 | 1,34 | 2,60 | 0,00 | 1,30 | 0,60 | 0,18 | | |
| | | | 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: | 3 773,66 | 902,78 | 36,19 | 25,69 | 6,37 | 127,48 | 3,56 | 3,55 | | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

