



Tételes étlap 2024.07.08. - 2024.07.14.

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. 08. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Vaniliás tej 1,5 dl bölcsi*TM	416,48	99,64	0,50	1,29	0,16	21,47	12,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
	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 Sárgarépás húspogácsa B. TM.	497,67	119,06	9,60	5,14	1,40	8,29	0,13	0,83		
	Petrezselymes bföz bölcsi T.M.	850,73	203,52	4,90	4,10	0,46	35,94	0,00	0,80		
	U Főtt tojás bölcsi	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
	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		
Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04			
	Összesen:	4 325,93	1 034,91	31,10	28,98	6,90	158,23	27,21	3,50		
2024. 07. 09. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Karottakrém B*T.M.	154,69	37,01	0,22	3,53	0,95	1,03	0,00	0,28		
	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		





2024. 07. 09. kedd (00471) 1-3 év tejmentes													
R	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	199,36	47,69	0,36	0,27	0,00	10,80	0,00	0,01			
	E	Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08			
		Zöldborsófőzelék mir. B. T.M.	910,30	217,78	10,78	5,10	0,52	31,65	3,20	0,62			
	U	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			
Összesen:		5 117,73	928,65	43,05	60,22	34,95	129,61	6,18	3,41				
2024. 07. 10. szerda (00471) 1-3 év tejmentes													
R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05				
	Tojásrántotta bölcsi	346,36	82,86	5,40	6,66	1,45	0,24	0,00	0,14				
	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	Paradicsom leves B*	398,99	95,45	2,33	3,17	0,32	14,26	4,00	0,65	 			
	Tavaszi rizeshús bölcsi	1 228,12	293,81	15,18	9,64	2,12	36,14	0,00	0,36				
	Uborka saláta B*	59,58	14,25	0,36	0,04	0,00	3,11	2,50	0,11				
U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56				
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				





2024. 07. 10.	(00471) 1-3 év tejmentes	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04		
			Összesen:	5 254,56	961,37	42,09	61,15	34,85	136,48	8,10	3,56		
2024. 07. 11. csütörtök	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Csipkebogyótea bölcsi	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		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Lecsós pulykatokány bölcsi D.	572,18	136,89	10,67	9,48	2,10	2,06	0,00	1,07		
			Tészta köret Farfalle B.	760,72	181,99	6,80	4,78	0,68	27,72	0,00	0,77		
		U	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		
			EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	Összesen:	4 050,22	968,95	36,91	32,06	7,75	129,46	12,59	4,12				





2024. 07. 12.

péntek

(00471)

1-3 év tejmentes

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05			
	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			
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
	T	Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05		
	E	Svéd húsgolyó *B T.M.	404,23	96,71	8,88	6,40	1,58	0,77	0,00	0,73		
		Meggymártás mir. B. T.M.	463,28	110,83	0,69	0,47	0,01	25,01	10,81	0,01		
		Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10		
	U	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00		
Alma		145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
Összesen:		4 606,59	806,36	27,67	49,20	32,63	138,38	12,06	2,26			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

