



### Tételes étlap 2024.07.08. - 2024.07.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 07. 08. hétfő (00493) Tej-és tojásmentes 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		
	Pulyka felvágott	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	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		
	Diósórat O*	731,36	174,97	3,04	13,04	1,22	12,39	10,99	0,00		
	Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29		
	<b>U</b> Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 658,23	1 110,50	21,81	41,69	8,97	161,30	30,72	2,68	





2024. 07. 09. kedd (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Ínyenc sonka	85,40	20,43	3,28	0,48	0,18	0,70	0,00	0,44			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
	E	Lebbencsleves ovi*tojás	314,72	75,29	1,35	3,03	0,34	10,65	0,05	0,66		
		Sült csirkemell ovi D.	559,05	133,74	14,83	8,03	1,00	0,38	0,00	0,70		
		Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	U	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			
Összesen:		5 550,78	888,13	42,28	69,81	43,11	136,09	16,31	4,79			
2024. 07. 10. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
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	0,10	0,44	  		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
E	Erdei gyümölcsleves O*	305,41	73,06	0,50	0,23	0,00	16,98	6,86	0,01			
	Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91			





2024. 07. 10. szerda (00493)		Tej-és tojásmentes 4-6 év										
E	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80			
	Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79			
	U	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		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		5 140,06	1 229,66	37,99	48,89	13,42	156,01	26,52	6,47			
2024. 07. 11. csütörtök (00493)		Tej-és tojásmentes 4-6 év										
T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
E	Rántott leves O*tojásm.	216,36	49,99	0,18	3,86	0,44	3,76	0,02	0,88			
	Bolognai Spagetti O* T.M.	1 642,02	392,83	20,63	12,71	2,57	48,94	0,08	1,99			
	Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29			
	Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02			
U	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			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
Összesen:		5 292,29	1 264,33	39,41	26,44	4,95	213,90	30,79	4,97			





2024. 07. 12.

péntek

(00493)  
Tej-és tojásmentes 4-6 év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12			
	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Natúr halfilé ovi* D.	451,25	107,95	12,05	6,59	1,09	0,03	0,00	0,57		
		Burgonyapüré Karfiolos O*T.M.	650,92	155,72	4,22	2,87	0,71	27,57	0,00	0,47		
	U	Harcspástétom 130g	362,69	86,77	0,00	7,90	1,06	1,53	0,06	0,39		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		4 446,04	1 063,63	34,67	40,32	8,62	134,06	19,68	4,70			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

