



Tételes étlap 2024.07.15. - 2024.07.21.

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. 15. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Fahéjas karamellás tej B. TM	518,66	124,08	0,72	1,91	0,24	25,85	17,98	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00		
	E Rakott karfiol bulgur B* T.M.	1 092,20	261,29	13,03	15,19	4,04	19,26	0,09	1,18		
	Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
	U EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	275,88	66,00	1,78	6,44	2,44	0,24	0,00	0,30		
	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:	4 423,57	1 058,27	29,99	39,89	11,03	142,10	19,57	3,22		
2024. 07. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
	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	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	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		





2024. 07. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes		E	Finomfőzelék bölcsi T.M.	745,28	178,30	6,60	5,03	0,55	26,24	3,20	0,69	
2024. 07. 16. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	U	Tojáskrém B* T.M.	272,72	65,24	2,20	6,14	1,64	0,22	0,00	0,00	0,42	
		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:	3 661,81	876,03	34,65	25,41	5,21	123,70	22,16	3,64		
	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	0,00	
2024. 07. 17. szerda (00471) 1-3 év tejmentes	R	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,10	0,44	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	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	Sárgadinnye	14,21	3,40	0,08	0,02	0,00	0,79	0,79	0,00	
	E	Zöldborsó raguleves*B tojás	784,62	187,71	10,41	12,12	3,68	8,87	0,00	0,00	0,75	
		Ízes palacsinta bölcsi	1 286,68	307,82	5,28	10,54	1,31	47,55	23,69	0,54	0,54	
	U	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,00	0,05	
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,08	0,52	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,00	0,10	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	5 674,30	1 061,79	38,00	74,13	39,15	136,71	31,16	4,04			





2024. 07. 18. csütörtök (00471) 1-3 év tejmentes											
R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	163,02	39,00	0,75	0,31	0,11	8,20	0,92	0,19		
	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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	T	Görögdinnye	130,10	31,13	0,50	0,20	0,00	6,50	0,00	0,01	
	E	Tojásfasirt B* TM	622,69	148,97	5,48	8,96	1,20	11,24	0,18	1,15	
		Parajfőzelék mir. bölcsi T,M.	477,19	114,16	5,43	1,37	0,13	19,76	3,31	0,98	
		Pirított burgonya 100 g	532,98	127,51	2,50	3,93	0,45	20,00	0,00	0,11	
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
Abonett 100g		578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
Összesen:		5 267,66	964,52	31,71	67,57	42,56	134,02	7,47	3,80		
2024. 07. 19. 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		
	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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2024. 07. 19. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	T	Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05	
	E	Eszterházy csirkeragu B*T.M.	430,79	103,06	12,85	4,36	0,55	2,96	0,00	1,15	
		Tészta köret Farfalle B.	760,72	181,99	6,80	4,78	0,68	27,72	0,00	0,77	
	U	Harcspástétom 130g	181,35	43,39	0,00	3,95	0,53	0,77	0,03	0,20	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Újhagyma csomó 12%	13,50	3,23	0,18	0,02	0,00	0,73	0,00	0,00	
		Összesen:	4 809,23	854,84	38,79	54,38	32,71	127,62	1,63	4,42	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

