



Tételes étlap 2025.07.21. - 2025.07.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 07. 21. hétfő	(00525) Tejmentes 7-14 év	T	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	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
			Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93		
			Barackíz	302,08	72,27	0,13	0,00	0,00	17,83	17,83	0,00		
			Nektarin	346,63	82,92	1,41	0,69	0,08	17,67	0,00	0,00		
		U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	5 806,86	1 389,20	43,70	42,20	10,39	204,93	27,73	5,23		
2025. 07. 22. kedd	(00525) Tejmentes 7-14 év	T	Bundás zsemle I*TM	1 714,39	410,14	8,41	25,93	3,37	34,37	1,84	1,02		
		E	Zöldségleves sulí*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
			Sült csirkecomb (felső) I*	288,06	68,91	0,05	7,46	0,86	0,35	0,01	0,79		
			Zöldborsófőzelék sulí* T.M.	1 161,62	277,90	14,45	6,80	0,68	39,01	3,60	0,82		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		





2025. 07. 22.	(00525) Tejmentes 7-14 év	U	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	1,84	0,77		
			Összesen:	5 270,89	1 260,97	38,06	45,88	5,80	169,14	25,33	5,50		
2025. 07. 23.	(00525) Tejmentes 7-14 év szerda	T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,00	0,66		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		E	Csirkebecsinált leves I* T.M.	743,59	177,89	13,85	9,84	1,53	8,16	0,00	1,18		
			Milánói makaróni I* .T.M.	2 174,33	520,18	26,95	16,58	3,28	65,98	0,67	4,94		
			Tésztaköret makaróni I*	1 106,00	264,59	10,20	6,25	0,92	41,57	0,00	0,62		
		U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			Összesen:	6 676,63	1 597,28	62,84	57,84	13,67	203,79	3,84	9,59		
2025. 07. 24.	(00525) Tejmentes 7-14 év csütörtök	T	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,00	0,90		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		





2025. 07. 24. csütörtök (00525) Tejmentes 7-14 év	E	Meggyleves mir. isk*T.M.	689,79	165,02	1,79	0,67	0,01	36,54	20,18	0,41		
		Fűszeres cs.mellcsíkok I*T.M.	710,32	169,93	20,26	8,35	1,05	3,21	0,00	1,14		
		Rizi-bizi mir. I* diéta	1 444,77	345,64	9,10	6,91	0,78	61,25	0,00	0,61		
	U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Összesen:	6 177,61	1 477,90	48,84	61,88	18,50	176,76	24,02	5,64		
2025. 07. 25. péntek (00525) Tejmentes 7-14 év	T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,08	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E	Karfiollevés sulí* diéta	371,02	88,76	2,34	5,08	0,57	8,26	0,00	0,85		
		Paprikáskrumpli virsli sulí	2 249,36	538,12	21,58	21,50	6,26	65,95	0,66	3,09		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		Uborka saláta (friss) isk	227,22	54,36	0,95	0,10	0,00	12,36	9,99	2,97		
	U	Gyümölcs saláta (friss) isk*	43,29	10,36	0,17	0,07	0,00	2,19	0,24	0,00		
		Összesen:	5 170,44	1 236,95	40,58	48,70	13,25	158,04	14,80	9,25		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

