



Tételes étlap 2024.07.22. - 2024.07.28.

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. 22. hétfő (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	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		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	T Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01		
	E Sertés aprópecsenye B* TM	467,41	111,82	10,78	6,89	1,76	1,54	0,00	1,03		
	Tökfőzelék mir. bölcsi T.M.	491,93	117,69	2,68	3,95	0,42	17,53	3,00	0,53		
	U 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		
	Összesen:		4 476,74	775,30	35,10	59,41	35,33	101,15	4,60	3,90	





2024. 07. 23. kedd (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év												
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
	Zalaikrém házi bölcsi T.M.	440,12	105,29	4,69	9,47	3,13	0,20	0,00	0,80	 		
	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	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
E	Zellerkrémleves (friss)B T.M.	186,98	44,73	1,01	2,09	0,23	5,23	0,40	0,26	 		
	Húsos rakott burgonya b*TM	1 652,23	395,27	12,48	23,45	8,89	32,54	0,00	2,10			
U	Húskrém csirke bölcsiT.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99	 		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:	4 509,86	1 078,91	35,81	43,84	14,23	131,17	6,90	5,70			
2024. 07. 24. szerda (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év												
R	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			
	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	Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00			
E	Fűszeres cs.mellcsíkok B* T.M.	425,34	101,76	12,51	5,16	0,65	1,21	0,00	0,88			
	Karfiolfőzelék B. TM.	609,71	145,86	5,20	5,93	0,68	17,73	2,40	1,03			





2024. 07. 24. szerda (00474)		Tej, toj., hal, marha, mogyoróm.											
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				
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04				
	Összesen:	4 932,04	884,21	38,31	63,27	35,66	116,74	5,38	4,46				
R	Tejeskávé bölcsi T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00				
	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				
	Újhagyma 12% db	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	T Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01				
	E Grill csirkemell bölcsi	383,70	91,79	14,84	3,39	0,47	0,37	0,00	0,61				
	Őszibarack mártás B.T.M.	510,25	122,07	1,74	1,38	0,00	24,85	10,01	0,11				
	Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10				
	U 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:	3 791,83	907,13	29,17	18,77	4,34	150,62	24,23	3,23					





2024. 07. 26.

péntek

(00474)

Tej,toj,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	  
	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	Sárgadinnye	28,42	6,80	0,16	0,04	0,00	1,58	1,58	0,00	
E	Bazsalikomos csirkemáj B*T.M.	404,92	96,87	12,01	4,55	1,14	1,88	0,00	0,59	
	Párolt rizs kuk.B*	613,93	146,87	3,41	2,97	0,36	26,46	0,00	0,50	
	Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35	
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:		4 444,80	767,66	35,89	48,47	32,29	123,48	17,74	3,67	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

