



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	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	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	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Frankfurti leves ovi* T.M.	327,98	78,46	2,71	3,02	0,34	9,91	0,00	0,37		
			Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	24,25	0,40		
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
			Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
		U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	4 928,67	1 179,09	25,59	23,86	5,32	211,90	60,33	3,27		





2025. 07. 22.

kedd

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Csemege szalámi	309,83	74,12	2,94	6,87	2,41	0,04	0,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
	Sült csirkecomb (felső) O*	230,45	55,13	0,04	5,97	0,68	0,28	0,01	0,63		
	Zöldborsófőzelék ovi* T,M,	914,49	218,78	12,01	4,70	0,46	31,52	2,20	0,62		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
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:		4 576,31	1 094,80	32,72	33,99	7,40	160,34	41,05	4,39		





2025. 07. 23. szerda												
(00705)												
Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
E	Csirkebecsinált leves O*diéta	472,20	112,97	9,19	5,60	0,98	6,23	0,00	0,94			
	Milánói makaróni ovi*tej	1 619,35	387,40	20,06	12,39	2,46	48,97	0,47	3,92			
	Tészta köret spagetti O G.M	855,55	204,68	0,96	2,74	0,26	43,80	0,00	0,29			
	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11			
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77			
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
Összesen:		6 102,33	1 459,88	47,18	48,15	18,43	208,14	41,43	7,40			





2025. 07. 24. csütörtök	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,00	0,68		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E	Meggy leves mir. ovi*TM	618,39	147,94	1,55	0,51	0,01	33,21	20,18	0,40		
			Fűszeres cs.mellcsíkok O* T.M.	543,83	130,10	15,30	6,37	0,80	2,72	0,00	0,90		
			Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41		
		U	Sajt helyettesítő, szeletelt (	244,11	58,40	0,10	4,60	3,20	4,20	0,00	0,40	 	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
			Összesen:	5 610,45	1 342,20	40,64	47,04	13,69	185,41	23,98	4,66		





2025. 07. 25. péntek (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	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	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
	E	Karfiol leves O* (fehér)TM	204,39	48,90	0,94	3,86	0,44	2,50	0,00	0,93		
		Paprikáskrumpli ovi*virslis TM	2 246,64	537,47	21,24	20,98	7,74	64,98	0,34	2,96		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39		
		Uborka saláta (friss) ovi	213,06	50,97	0,73	0,08	0,00	11,77	9,99	1,98		
	U	Gyümölcs saláta (friss) O*	36,08	8,63	0,15	0,06	0,00	1,82	0,20	0,00		
		Összesen:	4 693,48	1 122,83	34,56	40,94	12,82	151,09	31,43	7,58		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

