



Tételes étlap 2024.08.05. - 2024.08.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 08. 05. hétfő (00492) Tejmentes 4-6 év	T Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
	Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60			
	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			
	E Gulyásleves marhahússal O*D.	649,43	155,37	9,17	6,42	0,64	10,75	0,05	1,12			
	Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71			
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00			
	Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02			
	U 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			
	Összesen:		5 712,76	1 362,76	38,71	46,81	12,45	185,11	32,18	4,73		





2024. 08. 06. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év												
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Főtt virsli ovi T.M.	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	1,50	 		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	2,80	0,43			
	E	Lebbencsleves O* D.	339,45	81,21	1,94	3,14	0,36	11,40	0,06	1,12	 	
		Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06		
		Parajfőzelék ovi* T.M.	489,51	117,11	3,85	5,52	0,59	12,87	2,00	0,85		
		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:		4 011,45	959,67	31,69	24,71	6,63	149,21	38,30	5,90			
2024. 08. 07. szerda (00492) Tejmentes 4-6 év												
T	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06			
	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			
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
E	Zöldbaleves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18			
	Rakott karfiol mir. O* T.M.	1 350,03	322,97	16,06	18,69	5,01	23,95	0,09	2,19			





2024. 08. 07.												
(00492) Tejmentes 1-6 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	0,75	0,77			
	Összesen:	4 275,71	1 022,89	33,75	34,88	9,04	142,56	17,79	5,12			
2024. 08. 08. csütörtök (00492) Tejmentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
		Zöldborsókrém citromos O*	112,62	26,94	1,44	0,94	0,10	3,01	0,00	0,59		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E	Zellerkrémleves (friss) O* T.M	191,33	45,77	1,51	0,41	0,03	8,79	1,04	0,55		
		Bakonyi sertésszelet O*TM	700,15	167,50	14,47	9,81	2,65	5,55	0,08	1,46		
		Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
		Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79		
	U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
		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		
Összesen:	4 590,58	1 098,22	41,63	35,90	9,17	149,25	20,70	7,10				





2024. 08. 09. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12		
		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		
		Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Gyümölcsleves O* T.M.	488,18	116,79	1,30	0,20	0,00	27,00	16,77	0,16		
		Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,05	0,89		
		Mexikóis párolt rizs O*	1 056,23	252,69	5,48	4,89	0,56	46,24	0,00	0,40		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	Összesen:		4 760,73	1 138,93	37,76	29,89	5,96	173,76	36,03	2,82		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

