



Tételes étlap 2023.09.11. - 2023.09.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 11. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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		
	E Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	 	
	Chilis bab I*	2 415,93	553,88	23,86	31,55	8,32	48,94	0,00	4,82		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	U Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	6 087,69	1 432,30	39,51	55,54	14,69	195,33	2,75	9,09		
2023. 09. 12. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Húsleves I** T.M.	259,23	62,02	2,89	0,71	0,07	10,77	0,00	1,04	 	
	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	1,54		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
U Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			





2023. 09. 12.	(00525)	Tejment	U	Knuspi ropogós kenyér 75g	506,30	121,13	3,68	0,38	0,00	24,90	0,00	0,00			
				Összesen:	3 820,77	892,17	46,02	16,54	4,01	140,63	7,49	4,34			
2023. 09. 13. szerda	(00525)	Tejmentes 7-14 év	T	Harcspástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39			
				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			
			E	Magyaros Burgonyaleves I*D.	730,66	174,80	3,54	7,33	0,82	23,08	0,00	0,92			
				Hentes tokány I*	1 318,29	312,10	15,59	25,64	8,26	5,20	0,03	1,48			
				Tészta kör. szarvacska I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,79			
			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:	5 601,96	1 336,90	44,01	49,01	11,54	174,68	17,79	5,12			
			2023. 09. 14. csütörtök	(00525)	Tejmentes 7-14 év	T	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	0,00	0,20			
	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			
E	Zabgaluskás leves I* T.M.	398,14				95,25	4,01	1,73	0,19	15,62	0,00	1,01			
	Sült csirkecomb I*diéta	800,36				71,74	18,97	12,18	2,04	1,37	0,00	1,20			





2023. 09. 14. csütörtök (00525) Tejmentes 7-14 év		E	U												
		Meggymártás I* T.M.	863,95	206,69	1,89	0,95	0,00	45,39	14,99	0,02					
		Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66					
		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:	4 975,74	1 070,65	45,01	50,75	12,84	133,21	16,79	5,68					
2023. 09. 15. péntek (00525) Tejmentes 7-14 év		T	E	U											
		Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78					
		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					
		Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04					
		Zöldbableves suli*tej, tojás	354,07	84,71	3,03	3,15	0,32	10,78	0,00	1,18					
		Natúr sertésszelet I*	1 358,56	325,02	15,08	26,63	7,66	5,88	0,00	0,63					
		Rizi-bizi mir. I* diéta	1 444,77	345,64	9,10	6,91	0,78	61,25	0,00	0,61					
		Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98					
		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:	5 782,43	1 383,37	47,08	52,69	13,09	176,10	21,59	5,97					





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

