



Tételes étlap 2023.09.11. - 2023.09.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 11. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	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		
	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		
	U Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcs-lé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	5 719,99	1 344,33	38,99	46,50	12,24	193,18	2,60	9,21		
2023. 09. 12. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Búzakenyér	810,08	193,80	6,89	0,87	0,23	38,51	0,82	1,16		
	E Húsleves I** G.M.	230,52	55,15	1,66	0,36	0,00	11,06	0,00	0,98		
	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.	(00546)	U	Knuspi ropogós kenyér 75g	506,30	121,13	3,68	0,38	0,00	24,90	0,00	0,00		
			Összesen:	3 875,32	905,22	45,43	16,25	3,94	145,16	7,56	4,67		
2023. 09. 13. szerda	(00546)	Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	Körözött túró	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,26	0,20	
				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*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,29	
			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:	5 132,74	1 224,65	37,37	40,95	11,27	173,99	17,99	4,43	
2023. 09. 14. csütörtök	(00546)	Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	Szel.Trap.sajt	388,61	92,97	6,93	7,03	4,47	0,40	0,00	0,61	
				Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
				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	Kertészleves I*	436,56	104,44	3,43	5,06	0,55	11,01	0,00	0,86	
				Köményes sertéssült isk	719,69	172,18	16,90	11,15	2,84	0,83	0,00	0,96	





2023. 09. 14. csütörtök															
(00546) Tojás- csirkekehúsmentes 7															
E	Meggymártás I*	790,68	189,16	1,17	0,72	0,00	42,71	17,98	0,02	     					
U	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:	4 821,69	1 153,53	45,17	50,01	15,74	124,41	19,63	4,98						
<hr/>															
2023. 09. 15. péntek															
(00546) Tojás-csirkekehúsmentes 7-14 év															
T	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66						
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12						
	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						
E	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						
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:	5 494,48	1 314,48	45,09	44,95	11,11	176,56	21,86	5,77						





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

