



Tételes étlap 2024.09.09. - 2024.09.15.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 09. hétfő (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	<b>T</b> 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	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	<b>E</b> Zöldségleves ovi*tejj, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	<b>U</b> Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	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:	5 689,78	1 348,04	41,76	60,39	17,02	158,45	20,04	8,22	





2024. 09. 10. 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			
	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 O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79		
		Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	1,06		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
		Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
Összesen:		3 833,70	900,73	33,03	15,67	4,47	158,47	24,11	4,14			
2024. 09. 11. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
T	Epres rizstej TM*	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00			
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52			
	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			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
E	Magyaros Burgonyaleves O*D.	527,08	126,10	2,81	5,53	0,60	16,45	0,10	0,70			





2024. 09. 11. szerda												
2024. 09. 12. csütörtök												
Tej-tojás-marha-hal-fogyasztás (00705)	E	Hentes tokány O*	646,82	152,55	13,74	9,50	2,85	3,40	0,03	1,03		
		Tészta kör. szarvacska O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,20		
	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:	4 618,78	1 102,77	34,76	32,48	7,37	165,53	23,28	4,15		
Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6 (00705)	T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00		
		EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	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 O* diéta	772,54	184,82	20,96	10,78	1,95	0,77	0,00	1,02		
		Almamártás ovi*T.M.	435,97	104,30	1,41	0,60	0,02	22,57	9,99	0,01		
	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		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	4 702,69	1 125,04	44,79	49,03	13,52	122,48	24,58	4,98			





2024. 09. 13.

péntek

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	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			
	E	Zöldbableves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18		
		Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91		
		Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
	U	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
		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		
		Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	Összesen:		6 132,12	1 072,75	44,05	72,58	44,32	162,99	22,58	5,55		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

