



Tételes étlap 2024.09.16. - 2024.09.22.

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. 16. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 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		
	E Sárgaborsó leves pulyka I*T.M.	1 107,41	264,93	17,63	10,08	2,01	25,50	0,00	1,61		
	Tejbedara szóráttal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,28	4,08	0,84	89,12	42,01	0,19	 	
	Kakaós porcukor sulí*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	20,02	0,12		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		Összesen:	6 094,39	1 457,99	37,56	35,91	9,23	240,90	64,18	4,96	





2024. 09. 17. kedd		Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év											
(00549)													
2024. 09. 18. szerda	(00549)	Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Harcsapástétom 130g	453,37	108,46	0,00	9,88	1,33	1,92	0,08	0,49	
			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	Paradicsom leves I*T.T.M.	784,00	187,56	3,12	7,96	0,87	25,53	7,99	1,25	
			Brokkoli-srúpás csirkeragu ITM	659,86	157,86	20,99	5,64	2,00	5,58	0,08	1,98		
			Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	1,00		
			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:	5 047,96	1 207,65	43,48	31,87	5,44	180,48	25,85	6,27		
			T	Tojáskrém I*T.M.	306,33	73,28	2,78	6,67	1,76	0,45	0,00	0,44	
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	Karfiolkrémleves mir. isk*T.M.	515,10	123,23	3,53	7,17	0,81	10,98	0,80	0,82				
Tarhonyáshús I*	2 215,80	530,10	30,46	19,11	4,08	58,41	0,00	1,09					
Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43					
U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11				
Összesen:	4 537,86	1 085,61	46,45	45,72	16,85	121,55	7,92	3,66					





2024. 09. 19.
csütörtök

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60	
	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	
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
E	Csirkebecsinált leves I* T.M.	743,59	177,89	13,85	9,84	1,53	8,16	0,00	1,18	 
	Grill virsli I* diéta	1 109,69	265,48	12,50	23,71	8,08	0,20	0,00	2,50	   
	Parajfőzelék suli* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
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:		6 464,59	1 540,68	58,38	84,60	23,22	133,66	5,75	8,53	





2024. 09. 20. péntek (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90	
		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	
		Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09	
	E	Gombamártás isk* TM	754,00	180,38	10,31	9,70	1,12	12,73	0,00	0,52	
		Fokhagymás sertéscsík I* D.	1 149,98	275,11	14,15	23,77	7,34	0,83	0,00	1,32	
		Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.	1 137,50	272,13	5,91	5,64	1,36	48,10	2,40	1,53	
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41	
		Összesen:	5 723,43	1 369,24	49,72	65,63	17,96	139,04	3,80	5,76	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

