



Tételes étlap 2023.09.18. - 2023.09.24.

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. 18. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Vajkrém natúr, 20% zsír.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Reszelt trapista sajt	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 Sárgaborsó leves puly I* diéta	1 091,19	261,05	17,04	10,02	2,00	25,34	0,00	1,59		
	Tejbedara I*	1 197,61	286,51	10,85	4,00	2,04	51,58	19,98	0,33		
	Kakaós porcukor suli*	401,04	95,94	0,93	1,09	0,64	20,51	19,98	0,00		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Összesen:	5 122,58	1 225,50	37,21	24,82	9,19	210,10	42,46	4,09	





2023. 09. 19. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év											
T	Harcsapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	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 puykaragu I*TM	1 082,25	258,91	18,75	18,13	6,51	4,86	0,08	3,07		
	Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	1,00		
	Szőlő	303,33	72,57	0,54	0,27	0,00	16,29	0,00	0,01		
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:	5 592,33	1 337,89	41,78	40,68	9,42	195,28	25,82	7,17		
2023. 09. 20. szerda (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év											
T	Harcsapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	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	607,20	145,26	4,19	9,63	2,45	10,27	0,67	0,86		
	Tarhonyáshús I* G.M.	1 941,14	464,39	18,30	15,71	3,35	61,88	0,00	1,91		
	Káposztasaláta isk	212,57	50,85	1,78	0,23	0,03	10,35	4,50	0,41		
U	Puding habos 175 gr	643,72	154,00	1,93	4,03	2,80	27,65	21,70	0,00		
	Összesen:	4 442,17	1 062,72	32,75	36,43	9,67	147,38	27,67	4,24		





2023. 09. 21. csütörtök		(00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év										
T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Tavaszi felvágott	233,24	55,80	2,82	4,59	1,32	0,84	0,15	0,66			
	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	Raguleves sert. suli* répa	854,14	204,34	9,59	15,31	4,04	6,66	0,00	1,88			
	Natúr halfilé I* D.	601,87	143,99	16,07	8,79	1,46	0,05	0,00	0,89			
	Parajfőzelék I*	830,72	198,74	9,02	9,81	1,65	18,40	0,00	0,71			
	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:		5 742,77	1 368,00	60,55	65,42	16,58	130,07	2,55	7,43			





2023. 09. 22.

péntek

(00546)

Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év

T	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	213,30	51,03	2,01	3,90	0,00	1,95	0,90	0,27	
	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	Tejfölös Gombaleves suli*	487,54	116,64	2,16	7,88	1,89	9,01	0,54	1,92	
	Fokhagymás sertéscsík I*	1 149,70	275,05	14,14	23,77	7,34	0,82	0,00	0,63	
	Zelleres Burgonyap. I*	1 149,55	275,01	7,73	5,97	2,69	46,54	0,00	0,67	
U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16	
Összesen:		4 313,15	1 031,86	34,93	43,69	12,28	120,96	2,63	4,53	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

