






Tételes étlap 2023.09.18. - 2023.09.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 18. hétfő (00497) Glutén és tejmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	E Sárgaborsó leves pulyka O*G.M.	922,04	220,58	13,69	8,07	1,57	22,89	0,00	1,28		
	Tejberizs O* G.TM.	1 420,34	339,79	3,76	3,60	0,67	72,68	32,97	0,03		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	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:	5 620,88	1 344,71	23,96	37,79	11,20	224,74	69,28	4,22		





2023. 09. 19. kedd		Glutén és tejmentes 4-6 év (00497)									
2023. 09. 19. kedd	Glutén és tejmentes 4-6 év (00497)	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00	
		Harcspástétom 130g	217,62	52,06	0,00	4,74	0,64	0,92	0,04	0,23	
		Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	  
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		E Paradicsom leves ovi*G.M.	417,99	100,00	1,71	3,15	0,35	16,05	4,00	0,90	 
		Brokkoli-srúpás csirkeraguOGTM	621,84	148,76	14,76	8,22	2,05	3,75	0,05	1,56	
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80	
		Szőlő	235,93	56,44	0,42	0,21	0,00	12,67	0,00	0,00	
		U Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Bagett gluténmentes	244,53	58,50	0,21	1,17	0,30	11,77	0,00	0,39	
	Összesen:	4 021,92	962,18	29,68	25,15	4,23	151,24	38,27	4,32		
2023. 09. 20. szerda	Glutén és tejmentes 4-6 év (00497)	T Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00	
		Tojáskrém O*T.M.	424,31	101,51	1,51	10,41	2,80	0,32	0,00	0,47	   
		Knuspi ropogós kenyér 75g	506,30	121,13	3,68	0,38	0,00	24,90	0,00	0,00	
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
		E Karfiolkrémleves ovi*G.T.M.	445,89	106,67	2,69	6,16	0,71	9,98	0,80	0,81	
		Tarhonyáshús O* tojás	1 447,67	346,33	13,66	11,77	2,51	46,01	0,00	1,68	
		Káposztasaláta ovi	175,87	42,07	1,41	0,17	0,03	8,65	4,00	0,31	





2023. 09. 20.		(00497) Glutén és tejmentes										
U	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	Knuspi ropogós kenyér 75g	506,30	121,13	3,68	0,38	0,00	24,90	0,00	0,00			
	Összesen:	4 270,78	1 021,72	27,95	31,54	6,30	153,74	22,78	3,28			
2023. 09. 21. csütörtök (00497) Glutén és tejmentes 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01		
		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		
		Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
	E	Csirkebecsinált leves O* G.T.M	446,73	106,87	8,86	5,64	0,99	4,97	0,00	1,02		
		Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06		
		Parajfőzelék ovi* G.T.M.	636,76	152,34	4,54	5,58	0,60	20,81	2,00	0,85	 	
		Abonett gluténmentes	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32	 	
	U	Zöldséges baromfi szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	 	
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Összesen:	4 140,66	986,66	33,24	43,29	10,61	115,90	20,08	4,08		





2023. 09. 22.

péntek

(00497)

Glutén és tejmentes 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Knuspi ropogós kenyér 75g	506,30	121,13	3,68	0,38	0,00	24,90	0,00	0,00		
	Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E	Gombaleves O* G.T.M.	340,22	81,39	2,64	4,92	0,56	6,50	0,00	0,83	
		Fokhagymás sertécsíkok O* D.	548,85	131,30	12,71	8,58	2,16	0,67	0,00	1,11	
		Zelleres Burgonyap. ovi*G.T.M.	1 035,39	247,70	5,38	5,14	1,25	43,77	2,00	1,61	
	U	Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	Összesen:		4 575,48	700,35	30,77	62,82	41,93	105,52	2,44	3,85	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

