



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 (00492) 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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Sárgaborsó leves pulyk O* T.M.	882,70	211,17	13,57	8,05	1,56	20,80	0,00	1,27	 	
	Tejberizs O* T.M.	1 289,67	308,53	4,63	4,71	1,40	61,53	25,97	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:	5 814,03	1 390,92	30,66	38,84	11,90	226,27	63,03	4,33		
2023. 09. 19. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év	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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90	 	





2023. 09. 19. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év											
E	Brokkoli-srúpás csirkeragu OTM	621,33	148,64	14,89	8,23	2,04	3,57	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		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:		4 655,18	1 113,68	35,03	24,68	4,25	182,74	39,77	5,04		
2023. 09. 20. szerda (00492) Tejmentes 4-6 év											
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	 	
	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	Karfiolkrémleves mir. ovi*T.M.	444,37	106,31	3,09	6,19	0,70	9,44	0,80	0,81		
	Tarhonyáshús O*	1 453,67	347,77	21,07	12,89	2,86	36,44	0,00	0,75	 	
	Káposztasaláta ovi	175,87	42,07	1,41	0,17	0,03	8,65	4,00	0,31		
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:		4 495,78	1 075,55	38,33	33,12	6,87	153,00	23,53	3,12		





2023. 09. 21. csütörtök (00492) 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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E	Csirkebecsinált leves O*diéta	472,20	112,97	9,19	5,60	0,98	6,23	0,00	0,94	 	
		Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06		
		Parajfőzelék ovi* T.M.	489,51	117,11	3,85	5,52	0,59	12,87	2,00	0,85		
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	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		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:		4 467,19	1 064,78	35,38	42,72	10,71	132,12	21,96	4,53		
2023. 09. 22. péntek (00492) 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		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E	Fokhagymás sertéscsíkok O* D.	548,85	131,30	12,71	8,58	2,16	0,67	0,00	1,11		





2023. 09. 22. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év	E	Gombaleves O* magyaros D.	303,94	72,71	2,83	3,88	0,44	6,47	0,00	0,83		
		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:	4 759,72	744,42	33,53	62,21	42,04	114,86	3,19	4,62		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

