



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 (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	<b>T</b> 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		
	<b>E</b> 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		
	<b>U</b> 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

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

<b>T</b>	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	
<b>E</b>	Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90	
	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	
<b>U</b>	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 (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év												
2023. 09. 21. csütörtök (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 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		
		Harcapástétom 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	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		
		Tarhonyás hús 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		
	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:		4 337,49	1 037,68	29,41	27,52	4,52	163,40	23,58	3,87		
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		
		Natúr halfilé ovi* D.	451,25	107,95	12,05	6,59	1,09	0,03	0,00	0,57		
		Parajfőzelék ovi* T.M.	489,51	117,11	3,85	5,52	0,59	12,87	2,00	0,85		





2023. 09. 21. csütörtök		2023. 09. 22. péntek									
E	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:		4 807,96	1 146,30	45,27	47,39	11,30	132,05	21,96	5,04		
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	Gombaleves O* magyaros	339,69	81,27	2,83	4,81	0,54	6,51	0,00	0,83	
		Fokhagymás sertéscsíkok 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:		4 795,47	752,98	33,53	63,14	42,14	114,90	3,19	4,62	





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

