



Tételes étlap 2024.09.30. - 2024.10.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 30. hétfő (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
	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 Erőleves isk diéta GM.	690,28	165,14	13,15	4,06	0,35	12,11	0,00	1,19		
	Bolognai szósz I* T.M.	1 396,53	334,10	15,93	27,04	7,66	7,05	0,12	2,42		
	Tészta köret spagetti I. G.M.	1 111,50	265,91	1,28	2,88	0,26	58,40	0,00	0,29		
	Szőlő	303,33	72,57	0,54	0,27	0,00	16,29	0,00	0,01		
	U Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	5 547,28	1 327,11	42,17	43,27	11,16	182,47	2,12	6,15		
2024. 10. 01. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T 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		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E Tarhonyaleves isk*T.T.M.	351,11	84,00	2,25	0,42	0,04	17,88	0,08	1,87		
	Majorannás pulyka apróhús I*	885,94	211,95	16,68	15,07	3,35	2,14	0,00	0,92		





2024. 10. 01. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év													
E	Lencsefőzelék I* T.M.	1 605,48	384,09	22,79	7,41	0,63	56,08	3,50	1,06				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	U	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				
Összesen:		6 486,17	1 551,73	68,17	59,60	14,86	181,35	6,13	8,10				
2024. 10. 02. szerda (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	Harcspástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39			
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00			
	E	Karfiol leves I* (fehér)TM	336,51	80,51	1,31	6,70	0,76	3,60	0,00	1,25			
		Sült hal isk	848,29	202,94	20,31	9,39	1,65	8,36	0,05	1,11			
		Sárgarépás rizs isk*	1 329,17	317,98	5,60	8,56	0,99	54,25	0,00	0,99			
	U	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			
	Összesen:		5 339,98	1 277,51	45,02	57,66	12,53	138,35	1,71	6,38			





2024. 10. 03. csütörtök (00521) Tej-és tojás- 7-14 év												
2024. 10. 03. csütörtök (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	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		
	E	Mindent bele zöldségleves I*	349,94	83,33	2,03	4,94	0,58	7,62	0,00	0,86		
		Zöldborsós tokány I*	1 097,83	262,64	15,79	17,02	5,96	11,45	0,05	0,17		
		Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76		
	U	Uborka saláta I*	166,24	39,77	0,97	0,09	0,00	8,72	6,99	0,72		
		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:	4 929,63	1 178,95	40,31	43,47	13,07	152,94	24,89	4,91		
2024. 10. 04. péntek (00521) Tej-és tojás- 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		
	E	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47		
		Almás rakott tészta*I GM	2 417,31	578,30	7,00	11,80	1,31	109,40	20,80	0,13		
	U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		





2024. 10. 04.	(00521) Tej-és tejác 7 1 1	U	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:	6 647,74	1 584,49	35,43	69,61	19,46	195,25	22,55	4,94		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

