



Tételes étlap 2024.09.30. - 2024.10.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 30. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
	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*	1 389,09	301,65	15,53	26,85	7,68	6,75	0,00	0,80		
	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:	6 019,29	1 409,36	42,85	55,90	16,30	181,13	2,00	5,04	





2024. 10. 01.

kedd

(00546)

Tojás-csirkehúsmentes 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		
		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 (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év												
2024. 10. 03. csütörtök (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	Harcapástétom 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	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		
Összesen:		5 207,17	1 245,73	45,01	54,16	11,58	138,33	1,71	6,33			
2024. 10. 03. csütörtök (00546) Tojás-csirkehúsmentes 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		
	Uborka saláta I*	166,24	39,77	0,97	0,09	0,00	8,72	6,99	0,72			
	U	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		





2024. 10. 03	(00546)	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Összesen:	5 132,78	1 227,55	40,01	46,39	15,11	152,81	24,84	5,05		
2024. 10. 04. péntek	(00546)	T	Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73	 	
			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		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	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	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		
				Összesen:	6 637,55	1 582,05	40,14	69,72	20,56	195,53	22,45	4,87	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

