



Tételes étlap 2024.10.07. - 2024.10.13.

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. 10. 07. hétfő (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78		
	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 Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
	Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	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:	6 440,04	1 516,59	53,82	72,63	19,26	163,54	2,52	10,24		
2024. 10. 08. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T EUROFOOD baromfifkrém 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		
	Póréhagyma	46,24	11,06	0,66	0,09	0,00	1,89	0,00	0,00		
	E Lebbencsleves isk* G.M.	510,51	122,13	2,37	4,16	0,47	18,80	0,08	1,32		
	Sonkás tészta isk*GTM	4 132,29	988,59	21,58	40,05	17,84	133,13	0,35	2,15		
	U Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		





2024. 10. 09. szerda		2024. 10. 10. csütörtök		2024. 10. 08.								
(00521) Tej-és tojás- 7-14 év		(00521) csütörtök Tej-és tojás- 7-14 év		(00521) Tej-és tojás- 7-14 év								
2024. 10. 09. szerda	(00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	Fekete áfonya dzsem	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	
		E	Tárkonyos zöldség leves I*T.M.	446,20	106,75	1,97	6,32	0,71	10,20	0,62	1,83	
			Hentes tokány I*	888,88	209,37	18,39	13,00	3,75	5,28	0,03	1,51	
			Tészta kör. szarvacska I*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,29	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U	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:	4 975,56	1 187,05	38,68	45,21	11,36	153,33	2,30	6,05	
2024. 10. 10. csütörtök	(00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	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	
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04	
		E	Húsleves I** G.M.	230,52	55,15	1,66	0,36	0,00	11,06	0,00	0,98	
2024. 10. 08.	(00521) Tej-és tojás- 7-14 év	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:	7 360,67	1 760,93	44,12	71,52	27,81	224,28	2,03	6,25	





2024. 10. 10. csütörtök (00521) Tej-és tojás- 7-14 év													
E	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21				
	Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	1,54				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	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:		4 983,37	1 170,30	50,36	42,51	10,93	145,84	8,44	6,17				
2024. 10. 11. péntek (00521) Tej-és tojás- 7-14 év													
T	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				
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00				
E	Magyaros Burgonyaleves I*D.	730,71	174,81	3,93	7,56	0,82	23,10	0,16	1,05				
	Natúr sertés falatok I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66				
	Rizi-bizi mir. I*	1 416,80	338,95	9,15	6,01	0,68	61,59	0,01	0,61				
U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11				
	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20				
Összesen:		6 187,19	1 474,32	44,41	67,80	24,10	172,98	4,14	5,50				





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

