



Tételes étlap 2024.10.07. - 2024.10.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 10. 07. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	<b>T</b> 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		
	<b>E</b> 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		
	<b>U</b> 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:	6 443,80	1 517,49	51,63	73,23	19,53	164,59	2,55	10,30	





2024. 10. 08. kedd (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		
	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*toj.-csirkem	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		
	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:	7 840,12	1 875,63	45,20	84,34	32,93	223,24	2,03	6,76		
2024. 10. 09. szerda (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év											
T	Fekete áfonya dzsem	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		
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		





2024. 10. 10. csütörtök	(00546)	Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év										
2024. 10. 09	(00546)	U	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	
		T	Harcspástétom 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	
			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 (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	<b>T</b>	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	
	<b>E</b>	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	
	<b>U</b>	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	
		<b>Összesen:</b>	<b>6 187,19</b>	<b>1 474,32</b>	<b>44,41</b>	<b>67,80</b>	<b>24,10</b>	<b>172,98</b>	<b>4,14</b>	<b>5,50</b>	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

