



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 (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E Húspuding bölcsi*T.M.	887,67	212,36	10,73	13,38	4,40	11,82	0,39	1,28		
	Burgonyapüré bölcsi*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
	Párolt káposztaB*	220,43	52,73	1,90	1,19	0,14	8,23	1,50	0,04		
	U Harcsapástétom 130g	181,35	43,39	0,00	3,95	0,53	0,77	0,03	0,20		
Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
Összesen:	5 405,12	997,39	34,87	65,53	37,62	140,91	5,52	4,45			
2024. 10. 08. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Zalaikrém házi bölcsi T.M.	440,12	105,29	4,69	9,47	3,13	0,20	0,00	0,80		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		





2024. 10. 08. kedd (00471) 1-3 év tejmentes											
T	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03		
E	Zabgaluskás leves B*T.M.	395,22	94,55	2,80	4,43	0,50	10,63	0,00	0,61		
	Bolognai Spagetti bT.M.	1 477,61	331,59	15,01	14,13	3,73	41,59	0,08	0,73		
	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
U	Májpástétom bölcsi T.M.	436,75	104,49	3,42	9,61	2,36	0,96	0,00	1,12		
	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		
	Összesen:	5 344,69	1 256,73	42,84	51,90	20,12	158,89	8,45	4,98		
2024. 10. 09. szerda (00471) 1-3 év tejmentes											
R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
T	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
E	Főtt tojás bölcsi	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
	Karfiolfőzelék B. TM.	609,71	145,86	5,20	5,93	0,68	17,73	2,40	1,03		
U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2024. 10. 09	00471	U Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		Összesen:	4 570,96	797,84	27,98	50,24	32,42	133,94	18,96	3,65	
2024. 10. 10. csütörtök	(00471) 1-3 év tejmentes	R Tejeskávé bölcsi T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00	
		Tojásos tonhalpástétom*B TM	542,00	129,66	7,04	11,11	3,02	18,00	0,00	0,18	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	
		T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		E Grill csirkemell bölcsi	383,70	91,79	14,84	3,39	0,47	0,37	0,00	0,61	
		Karalábéfőzelék bölcsi*T.M.	562,16	134,49	4,40	4,38	0,48	19,07	1,20	0,78	
		U Répatorta B. TM.	1 140,54	272,85	4,64	12,62	2,20	33,80	15,98	0,92	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Összesen:	4 010,04	959,33	38,51	34,44	6,57	137,64	30,30	3,28	
2024. 10. 11. péntek	(00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		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	





2024. 10. 11. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	T	Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00			
	E	Piritott csirkemáj B	422,76	101,14	10,34	4,97	1,07	3,63	0,00	0,38			
		Rizi-bizi mir. B*	1 089,10	260,55	6,46	5,33	0,61	46,35	0,01	0,37			
		Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35			
	U	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01			
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			
			Összesen:	5 181,28	943,86	33,04	54,28	33,58	155,95	2,84	3,52		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

