



Tételes étlap 2023.10.09. - 2023.10.15.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 10. 09. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év	<b>R</b> Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00		
	Párizsi baromfi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	<b>T</b> Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
	<b>E</b> Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08		
	Sütőtököfőzelék bölcsi	1 259,69	301,36	6,27	7,01	1,46	53,05	0,00	1,03		
	<b>U</b> EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	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		
	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	4 432,60	1 060,43	40,94	29,03	8,72	154,39	1,50	3,57		





2023. 10. 10. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év												
2023. 10. 10. kedd (00475) Tojásmentes 1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
		Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Újhagyma 12% db	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Túrós húsgombóc bölcsei	1 023,36	244,82	11,83	16,54	4,81	11,88	0,43	0,46		
		Finomfőzelék bölcsei	709,80	169,81	8,45	5,54	1,57	21,16	0,00	0,48		
	U	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	Összesen:	4 229,99	1 011,96	38,30	32,86	9,85	136,04	6,86	3,70			
2023. 10. 11. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év	R	Kakaó bölcsei	631,11	150,98	5,16	4,51	2,49	22,30	14,99	0,15		
		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	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2023. 10. 11. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év											
E	Csirke raguleves B	350,15	83,77	8,81	3,55	0,62	3,96	0,10	0,11		
	Tejberizs B* T.M.	1 023,40	244,83	3,68	3,44	0,99	49,50	19,98	0,02		
	U Sonkakrém házi bölcsi	103,96	24,87	2,40	1,19	0,60	1,13	0,27	0,57		
	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:		4 487,97	1 073,68	35,66	15,64	5,16	193,97	50,42	2,48		
2023. 10. 12. csütörtök (00475) Tojásmentes 1-3 év											
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Padlizsánkrém	89,76	21,47	1,17	1,37	0,56	1,07	0,17	0,62		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Lecsós csirketokány bölcsi	525,07	125,61	12,64	7,66	0,94	1,38	0,00	0,59		
	Tészta kör. szarvacska B*GM	599,61	143,45	0,64	2,60	0,26	29,20	0,00	0,20		
U	Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
Összesen:		3 173,48	759,20	32,85	17,74	4,30	114,09	0,65	2,80		





2023. 10. 13.

péntek

(00475)

Tojásmentes 1-3 év

R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00			
	Vajkrém natúr, 20% zsírt.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09			
	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			
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E	Sertés aprópecs,csíki bölcsi	524,12	125,39	10,65	8,71	1,97	0,94	0,00	0,31		
		Kelkáposzta főzelék B. GM.	591,58	141,53	5,85	3,50	0,40	21,29	0,00	0,61		
	U	Sajtkrém bölcsi	569,88	136,34	5,54	12,62	6,87	0,36	0,00	0,51	 	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Kaliforniai paprika		38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
Összesen:		4 141,50	990,80	41,83	34,54	13,95	125,19	1,75	3,25			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

