



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 (00470) Gluténmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	U Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle gluténmentes	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,50	0,00	0,78		
Összesen:	2 151,70	514,75	6,51	28,42	7,98	57,93	18,16	2,52			
2024. 10. 08. kedd (00470) Gluténmentes 4-6 év	T Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	U EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
	Zsemle gluténmentes	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,50	0,00	0,78		
	Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
Összesen:	2 569,66	614,75	20,71	25,55	8,06	73,34	12,72	2,40			





2024. 10. 09. szerda (00470)		Gluténmentes 4-6 év										
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
	U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	 	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	Összesen:		1 470,73	351,84	3,20	15,48	4,73	49,59	18,08	1,63		
2024. 10. 10. csütörtök (00470)		Gluténmentes 4-6 év										
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Harcspástétom 130g	217,62	52,06	0,00	4,74	0,64	0,92	0,04	0,23			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52			
Összesen:		2 097,90	501,88	15,31	24,48	7,00	52,06	0,58	1,92			





2024. 10. 11. péntek (00470) Gluténmentes 4-6 év	T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23	 		
		Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68			
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,00	0,15		
		Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,00	0,52		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00		
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11			
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			
		Összesen:	2 788,89	663,27	13,01	34,37	17,71	77,78	15,15	2,65			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

