



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 (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E Lencseleves húsos O*T.T.M.	941,60	225,26	12,41	9,68	2,18	21,84	0,00	1,27			
	Tejbeköles, tej-toj.-gluténm.	1 047,26	250,54	3,50	2,60	0,47	52,88	24,09	0,20			
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00			
	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:		5 344,89	1 278,67	35,81	39,63	10,71	191,17	60,73	4,28		





2023. 10. 10. kedd													
2023. 10. 11. szerda													
Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év	(00549)	Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év	T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	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	0,00	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			E	Húsleves O** T.M.	167,68	40,11	1,87	0,45	0,05	6,97	0,00	0,82	
			Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
			Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	1,06		
			Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
			U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
			Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
			Összesen:	3 442,94	807,25	40,38	13,78	3,30	131,26	23,11	3,65		
Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év	(00549)	Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	0,01	
			Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			E	Magyaros Burgonyaleves O*D.	527,05	126,09	2,56	5,38	0,60	16,43	0,00	0,62	
			Hentes tokány O*G.M.	995,30	238,11	11,47	19,21	6,62	4,52	0,00	1,09		





2023. 10. 11. szerda	Tej-olajosmag- citrusmentes 4-6 év. (00549)	E	Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57			
			Fűszeres sárgarépa saláta O*	192,95	46,16	1,03	0,73	0,09	8,60	1,70	1,15			
		U	EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	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			
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00			
			Összesen:	5 339,32	1 277,35	41,08	46,31	12,51	169,97	21,44	5,57			
2023. 10. 12. csütörtök	Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év (00549)	T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
			Harcapástétom 130g	217,62	52,06	0,00	4,74	0,64	0,92	0,04	0,23			
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
		E	Zabgaluskás leves O*T.M.	395,22	94,55	2,80	4,43	0,50	10,63	0,00	0,61			
			Sült csirkemell ovi D.	559,05	133,74	14,83	8,03	1,00	0,38	0,00	0,70			
			Meggy mártás O* T.M.	665,92	159,31	1,64	0,79	0,00	34,54	9,99	0,02			
		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	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:	5 546,50	932,64	38,08	77,01	44,72	121,57	11,63	3,75					





2023. 10. 13.

péntek

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 4-6 év

T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	E	Karfiol leves O* (fehér)TM	204,39	48,90	0,94	3,86	0,44	2,50	0,00	0,93		
		Rántott sertésszelet O* T.M.	1 129,89	270,31	14,75	16,25	3,60	15,88	0,00	0,93		
		Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41		
	U	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
Összesen:		5 452,54	1 300,52	33,70	51,01	12,56	173,72	15,07	5,08			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

