



Tételes étlap 2024.10.07. - 2024.10.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 10. 07. hétfő (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06			
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84			
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	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:	5 290,43	1 252,50	41,61	53,10	14,21	151,53	20,04	8,05		





2024. 10. 08. kedd (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6												
2024. 10. 09. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12		
		Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60		
		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	Lebbencsleves ovi*tojás	314,72	75,29	1,35	3,03	0,34	10,65	0,05	0,66		
		Sonkás tészta ovi*TTM	2 834,29	678,06	15,81	27,99	12,41	89,25	0,30	1,75	 	
	U	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24	 	
		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:		6 182,03	1 478,95	37,97	55,38	20,82	197,78	19,95	5,06		
2024. 10. 09. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	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		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E	Tárkonyos zöldség levesO*GTM.	290,68	69,54	1,36	3,91	0,44	7,04	0,42	1,23		
		Hentes tokány O*G.M.	994,71	237,97	11,49	19,20	6,61	4,44	0,01	1,09	 	
		Tészta kör. szarvacska O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,20		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2024. 10. 09. szerda		(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.m.c												
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:	4 646,41	1 111,57	29,43	42,45	12,16	149,21	20,01	4,66					
2024. 10. 10. csütörtök	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
			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			
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
		E	Húsleves O** tojás	149,73	35,82	1,10	0,24	0,00	7,15	0,00	0,79			
			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	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:	5 715,90	956,75	48,08	77,58	47,42	122,63	6,06	5,22			





2024. 10. 11.

péntek

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

T	Tejeskávés 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	Magyaros Burgonyaleves O*D.	527,08	126,10	2,81	5,53	0,60	16,45	0,10	0,70	
		Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91	
		Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41	
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
		Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32	
Összesen:		5 379,76	1 283,10	41,28	54,25	19,87	156,84	16,23	4,05		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

