



Tételes étlap 2023.10.09. - 2023.10.15.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2023. 10. 09. hétfő (00703) Tej-tojás-szójamentes 4-6év	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			
	Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,98	0,03			
	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:		5 341,02	1 277,75	35,83	40,44	10,88	189,20	52,62	4,11		





2023. 10. 10. kedd											
2023. 10. 11. szerda											
Tej-tojás-szójamentes 4-6év (00703)	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	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	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	
	U	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		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:	3 424,99	802,96	39,61	13,57	3,25	131,44	23,11	3,62	
Tej-tojás-szójamentes 4-6év (00703)	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	
	E	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Magyaros Burgonyaleves O*G.M.	525,59	125,74	2,38	5,46	0,62	16,33	0,00	1,06	
		Hentes tokány O*G.M.	995,30	238,11	11,47	19,21	6,62	4,52	0,00	1,09	
		Tészta kör. szarvacska O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,20	





2023. 10. 11. szerda										
(00703) Tej-tojás-szójamentes 4-6év										
E	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	
	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:	5 142,61	1 230,28	32,86	44,77	12,16	169,93	21,44	5,64	
2023. 10. 12. csütörtök										
(00703) Tej-tojás-szójamentes 4-6év										
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	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
	Sült csirkemell ovi D.	559,05	133,74	14,83	8,03	1,00	0,38	0,00	0,70	
	Meggymártás 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:	5 475,65	915,69	37,18	76,48	44,64	119,39	11,63	4,20	





2023. 10. 13.

péntek

(00703)
Tej-tojás-szójamentes 4-6év

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	Karfiol leves O* (fehér)TM	204,39	48,90	0,94	3,86	0,44	2,50	0,00	0,93		
		Fűszeres sertéstokány O*GTM	861,34	206,06	10,87	16,75	5,38	2,71	0,00	0,60		
		Rizi-bizi mir. O* diéta	1 190,60	284,83	6,90	5,87	0,67	50,70	0,00	0,41		
	U	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
Összesen:		5 465,30	1 303,57	29,96	51,11	14,34	178,95	15,07	4,74			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

