



Tételes étlap 2024.10.14. - 2024.10.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 10. 14. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	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		
	T Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
	E Svéd húsgolyó *B T.M.	404,23	96,71	8,88	6,40	1,58	0,77	0,00	0,73		
	Sütőköfézelék bölcsi*TM	1 308,85	313,12	5,21	11,09	1,20	47,43	4,00	0,03		
	U EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
	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:	6 050,68	1 151,84	37,92	79,07	41,22	147,44	6,98	3,89		
	2024. 10. 15. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
Főtt tojás bölcsi		138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
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		





2024. 10. 15. kedd (00471) 1-3 év tejmentes												
R	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00			
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
E	Húsgombóc bölcsi	709,82	169,81	7,66	7,78	2,69	17,08	0,00	0,07			
	Finomfőzelék bölcsi T.M.	745,28	178,30	6,60	5,03	0,55	26,24	3,20	0,69			
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	 		
	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			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
Összesen:		4 522,28	1 081,88	34,42	34,62	9,60	154,23	9,80	3,10			
2024. 10. 16. szerda (00471) 1-3 év tejmentes												
R	Kakaó bölcsi T.M.	534,50	127,87	1,49	2,32	0,48	24,56	17,21	0,09			
	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			
T	Sütötök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03			
E	Csirke raguleves B TM.	350,91	83,95	9,23	3,39	0,42	3,94	0,00	1,09			
	Tejberizs B* T.M.	1 023,40	244,83	3,78	3,17	0,75	49,44	20,01	0,11	 		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07			
U	Sonkakrém házi bölcsi T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,08	0,59	 		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			





2024. 10. 16.		00471										
U	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04			
	Összesen:	4 690,55	1 122,14	33,99	23,26	5,39	189,45	55,80	3,66			
2024. 10. 17.		(00471)										
csütörtök		1-3 év tejmentes										
R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05			
	Padlizsánkrém*TM	20,33	4,86	0,22	0,05	0,00	0,87	0,00	0,60			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
T	Gyümölcsle 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			
	Galuska köret b	1 072,26	256,52	9,45	8,47	1,25	35,32	0,00	0,86			
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			
	Összesen:	4 640,39	814,44	33,24	53,01	32,13	127,32	1,75	3,84			
2024. 10. 18.		(00471)										
péntek		1-3 év tejmentes										
R	Kókusztej	123,60	0,00	0,30	3,20	2,84	0,42	0,00	0,00			
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28			
	Harcsapástétom 130g	181,35	43,39	0,00	3,95	0,53	0,77	0,03	0,20			
	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	Zabpelyhes fasírt B T.M.	552,84	132,26	11,27	6,25	0,95	7,52	0,04	0,63			





2024. 10. 18. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	E	Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60			
	U	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			
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
	Összesen:		3 757,38	869,33	36,12	26,38	7,27	125,38	3,03	3,89			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

