



Tételes étlap 2023.10.16. - 2023.10.22.

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. 16. hétfő (00492) Tejmentes 4-6 év	<b>T</b> Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	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		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	<b>E</b> 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		
	<b>U</b> Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	5 320,67	1 259,75	32,76	42,77	11,66	185,43	20,62	7,85		
2023. 10. 17. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év	<b>T</b> Vaniliás tej 2 dl ovi*TM	552,21	132,11	0,74	1,91	0,24	27,83	14,99	0,00	    	
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	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		
	<b>E</b> Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90	  	





2023. 10. 17. kedd (00492) Tejmentes 4-6 év										
<b>E</b>	Tejszínes cs.mell kocka O*TM	579,61	138,66	16,23	5,52	0,70	5,80	0,80	0,71	
	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80	
<b>U</b>	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:	4 943,04	1 182,55	41,31	37,92	9,06	165,78	21,39	5,00	
2023. 10. 18. szerda (00492) Tejmentes 4-6 év										
<b>T</b>	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07	
	Méz	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00	
	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	
<b>E</b>	Zöldbaleves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18	
	Gyömbéres sertéstokány O*TM	623,52	149,17	13,27	8,88	2,18	3,84	0,00	0,74	, ,
	Tészta köret penne O*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,20	
	Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33	
<b>U</b>	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	, , ,
	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:	5 268,27	866,09	35,80	80,31	47,81	102,42	13,60	4,82	





2023. 10. 19. csütörtök (00492) Tejmentes 4-6 év													
T	Fahéjas karamellás tej O*TM	1 985,19	80,67	4,04	42,66	37,83	25,68	19,98	0,07				
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06				
	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				
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00				
	E	Tavaszi leves O* diéta	246,17	58,89	1,75	3,01	0,33	5,92	0,00	0,88			
		Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89			
		Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83			
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	U	Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16			
Alma		218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
Összesen:		5 644,28	910,50	32,78	79,74	47,31	128,81	22,35	4,22				
2023. 10. 20. péntek (00492) Tejmentes 4-6 év													
T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00				
	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				





2023. 10. 20. péntek	(00492) Tejmentes 4-6 év	<b>T</b>	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
		<b>E</b>	Gyümölcsleves O* T.M.	487,69	116,67	1,30	0,20	0,00	27,00	16,77	0,16			
			Sárgarépa-mustáros s.ragu O	602,33	144,10	12,88	9,46	2,24	1,68	0,00	0,75			
			Burgonya sós *O	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,61			
		<b>U</b>	Minizsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01			
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:		4 521,75	1 081,76	34,91	25,84	7,08	173,12	49,93	3,69			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

