



Tételes étlap 2024.10.14. - 2024.10.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 10. 14. hétfő (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	<b>T</b> Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	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> 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	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07		
	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	<b>U</b> Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Összesen:	5 190,30	1 241,69	26,91	29,23	7,67	215,28	52,81	3,82	





2024. 10. 15.

kedd

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

<b>T</b>	Vaniliás tej 2 dl ovi*TM	553,05	132,31	0,74	1,93	0,24	27,94	15,01	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	
<b>E</b>	Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90	
	Zöldséges csirkeragu O* TM.	552,19	132,10	15,38	6,23	0,79	3,45	0,00	1,14	
	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80	
<b>U</b>	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	
	Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	
	Összesen:	5 125,59	1 226,21	40,47	44,29	10,00	163,02	20,87	5,56	





2024. 10. 16.

szerda

(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	
	Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	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	
E	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*G.M.	776,61	185,79	0,96	0,65	0,03	43,80	0,00	0,20	
	Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33	
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:		6 191,07	1 086,85	36,42	81,31	47,87	154,72	21,80	4,76	





2024. 10. 17.  
csütörtök

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

<b>T</b>	Fahéjas karamellás tej O*TM	1 985,19	80,67	4,04	42,66	37,83	25,68	19,98	0,07			
	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		
		Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07		
		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		
	<b>U</b>	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			
Összesen:		6 615,95	1 142,96	41,17	97,10	53,03	140,26	23,23	6,38			





2024. 10. 18.

péntek

(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			
	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			
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
	E	Gyümölcsleves O* T.M.	488,18	116,79	1,30	0,20	0,00	27,00	16,77	0,16		
		Sertésragu jóasszony módraO*TM	815,36	195,06	15,34	12,06	3,11	5,99	0,00	0,86		
		Burgonya sós *O	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,61		
	U	Minidzsem 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:		4 658,04	1 114,36	36,88	28,40	7,95	173,43	49,93	3,80			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
diétetikus

.....  
Gazdaságvezető

