





Tételes étlap 2023.10.16. - 2023.10.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2023. 10. 16. hétfő (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T 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			
	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 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 (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	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			
	E	Paradicsom leves ovi* to	416,98	99,76	1,97	3,16	0,34	15,69	4,00	0,90		
		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		
	U	Kacsamáj krém EUROFOD	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 (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	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			
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			





2023. 10. 18. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
E	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 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:		6 036,11	1 049,78	36,76	80,73	47,81	146,22	13,60	4,82			
2023. 10. 19. csütörtök (00493) Tej-és tojásmentes 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			
	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			
	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:		5 730,26	931,07	32,62	82,04	48,25	129,15	22,45	4,56			





2023. 10. 20.

péntek

(00493)

Tej-és tojásmentes 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		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	E	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	
	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:		4 521,75	1 081,76	34,91	25,84	7,08	173,12	49,93	3,69	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

