



Tételes étlap 2023.10.16. - 2023.10.22.

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. 16. hétfő (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Sajt reszelt	275,04	65,80	4,60	5,20	3,40	0,10	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 Zöldségleves O*G.M.	293,46	70,21	1,81	3,16	0,34	8,39	0,00	0,84		
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Abonett gluténmentes	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32		
	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:	5 541,85	1 312,67	37,24	46,53	14,63	186,36	20,08	7,52	





2023. 10. 17. kedd		Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)											
2023. 10. 17. kedd	Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			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		
			Bagett gluténmentes	244,53	58,50	0,21	1,17	0,30	11,77	0,00	0,39		
		E	Paradicsom leves ovi*G.M.	417,99	100,00	1,71	3,15	0,35	16,05	4,00	0,90		
			Tejszínes cs.mell kocka O*GTM	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	Túrókrém kapros O*	177,47	42,46	4,19	2,35	1,55	1,09	1,09	0,23		
			Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
	Összesen:	4 338,32	1 037,88	46,34	41,84	11,97	117,96	5,99	4,78				
2023. 10. 18. szerda	Tojás-gluténmentes 4-6 év (00470)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			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		
			Kenyér gluténmentes	363,66	87,00	0,30	0,85	0,25	19,50	0,00	0,65		
		E	Zöldbaleves ovi* G.M.	245,04	58,62	2,03	2,20	0,23	7,50	0,00	1,19		
			Gyömbéres sertéstokány O*TM	623,52	149,17	13,27	8,88	2,18	3,84	0,00	0,74		





2023. 10. 18. szerda (00470) Tojás-gluténmentes 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	
			Knuspi ropogós kenyér 75g	506,30	121,13	3,68	0,38	0,00	24,90	0,00	0,00	
			Összesen:	4 208,64	1 006,85	30,85	40,77	11,42	127,05	12,10	4,14	
2023. 10. 19. csütörtök (00470) Tojás-gluténmentes 4-6 év		T	Fahéjas karamellás tej	752,39	180,00	6,87	3,00	1,63	31,28	19,98	0,27	
			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 ovi tojás	296,28	70,88	1,80	3,05	0,32	8,80	0,00	0,85	
			Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89	
			Tökfőzelék O* G.T.M.	436,27	58,83	2,51	3,20	0,35	16,05	0,80	0,84	
			Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43	
		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:	4 759,33	1 093,05	39,39	43,11	12,07	145,20	22,07	4,78	





2023. 10. 20.

péntek

(00470)

Tojás-gluténmentes 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		
	Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	E	Gyümölcsleves O* G. T.M.	485,42	116,13	0,52	0,15	0,00	27,76	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	
		Bagett gluténmentes	244,53	58,50	0,21	1,17	0,30	11,77	0,00	0,39	
Összesen:		3 884,70	929,36	29,17	26,28	7,04	141,84	48,43	2,97		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

