



Tételes étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

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. 21. hétfő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T 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	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	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E Gulyásleves O*	683,12	163,43	6,80	10,12	2,89	10,87	0,00	0,50		
	Mák szórat O*	619,27	148,15	2,40	8,00	1,00	15,59	10,61	0,00		
	Mákos tészta ovi*Tojás	1 492,37	357,03	3,36	11,20	1,32	59,39	10,61	0,15		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U 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:	5 788,73	1 384,86	31,49	56,53	13,50	181,75	40,88	3,69	





2024. 10. 22.

kedd

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12			
	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			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
	E	Karalábéleves ovi* tojás	309,49	74,04	1,78	3,90	0,44	7,78	0,00	1,28		
		Zöldséges p.combragu O*TM	663,80	148,95	16,69	7,61	2,32	5,63	0,00	1,44		
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,60		
	U	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		
Összesen:		5 119,98	1 215,01	40,53	47,09	11,75	155,66	19,62	5,75			





2024. 10. 24.
csütörtök

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	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	
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
E	Tarhonyaleves ovi*tojás	225,33	53,91	1,41	0,27	0,03	11,48	0,05	1,25	
	Borsos tokány O* TM.	723,68	167,65	13,12	11,36	2,52	4,38	0,00	1,16	
	Tészta kör. szarvacska O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,20	
	Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53	
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:		4 523,56	1 072,79	32,00	29,60	6,64	168,82	28,22	5,40	





2024. 10. 25.

péntek

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00				
	Harcspástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
	E	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			
		Zöldbabfőzelék O* T.M.	538,01	128,71	5,12	4,25	0,42	17,10	0,00	0,60			
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	U	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			
	Összesen:		4 537,45	1 085,51	36,21	48,57	11,82	120,91	7,27	5,65			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

