



Tételes étlap 2023.10.23. - 2023.10.29.

| 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. 24. kedd (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 | | |
| | 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 | | |
| | Kaliforniai paprika | 25,80 | 6,17 | 0,20 | 0,06 | 0,01 | 1,21 | 0,00 | 0,00 | | |
| | E Gulyásleves marhahússal O*D. | 649,42 | 155,36 | 9,06 | 6,35 | 0,64 | 10,75 | 0,00 | 1,09 | | |
| | Mákos tészta ovi*Tojás | 1 478,90 | 353,80 | 5,06 | 10,84 | 2,32 | 58,57 | 9,99 | 0,16 | | |
| | Mák szórat O* | 605,81 | 144,93 | 4,10 | 7,64 | 2,00 | 14,77 | 9,99 | 0,01 | | |
| | Alma | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| | U 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 | | |
| | Összesen: | | 5 137,17 | 1 228,98 | 33,67 | 37,99 | 8,50 | 179,87 | 39,56 | 3,52 | |





| 2023. 10. 25. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|------|------|--|--|
| 2023. 10. 25. szerda (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év | T | Kakaó ovi T.M. | 582,50 | 139,35 | 1,65 | 2,99 | 0,88 | 26,30 | 17,98 | 0,01 | | | |
| | | Liga margarin tejmentes 20% zs | 398,41 | 95,31 | 0,03 | 10,50 | 2,85 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,15 | | |
| | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,75 | 0,77 | | |
| | | Jégcsap retek | 12,18 | 2,91 | 0,24 | 0,02 | 0,00 | 0,44 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | | |
| | E | Karalábéleves ovi* tojás | 309,49 | 74,04 | 1,78 | 3,90 | 0,44 | 7,78 | 0,00 | 0,00 | 1,28 | | |
| | | Zöldséges p.combragu O*TM | 663,80 | 148,95 | 16,69 | 7,61 | 2,32 | 5,63 | 0,00 | 0,00 | 1,44 | | |
| | | Petrezselymes rizsköret O* | 1 119,30 | 267,78 | 4,89 | 6,68 | 0,77 | 46,70 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | | |
| | U | Téliszalámi | 432,21 | 103,40 | 4,60 | 9,40 | 3,80 | 0,10 | 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 | 0,00 | 0,15 | | |
| | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,75 | 0,77 | | |
| Összesen: | | 5 369,94 | 1 274,81 | 42,41 | 53,22 | 14,37 | 155,61 | 19,58 | 6,30 | | | | |
| 2023. 10. 26. csütörtök (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 | | | |
| | | Paprikás szalámi | 476,52 | 114,00 | 3,60 | 8,32 | 4,26 | 0,20 | 0,10 | 0,80 | | | |
| | | Liga margarin tejmentes 20% zs | 398,41 | 95,31 | 0,03 | 10,50 | 2,85 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,15 | | |
| | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,75 | 0,77 | | |
| | E | Zöldségleves ovi*tej, tojás | 324,37 | 77,60 | 1,90 | 3,90 | 0,42 | 8,45 | 0,00 | 0,00 | 1,06 | | |
| | | Sertés pörkölt O* | 816,77 | 195,40 | 10,12 | 16,03 | 5,00 | 2,42 | 0,00 | 0,00 | 0,89 | | |
| | | Zöldbabfőzelék O* T.M. | 538,01 | 128,71 | 5,12 | 4,25 | 0,42 | 17,10 | 0,00 | 0,00 | 0,60 | | |





| 2023. 10. 26. csütörtök (00493) Tej-és tojásmentes | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| E | Zsemle | 363,41 | 86,94 | 3,13 | 0,41 | 0,12 | 17,14 | 0,38 | 0,39 | | |
| U | Harcspástétom 130g | 217,62 | 52,06 | 0,00 | 4,74 | 0,64 | 0,92 | 0,04 | 0,23 | | |
| | 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 | | |
| | Összesen: | 6 246,58 | 1 100,13 | 40,64 | 92,45 | 52,00 | 120,79 | 2,02 | 5,74 | | |
| 2023. 10. 27. péntek (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év | | | | | | | | | | | |
| T | Tejeskávés ovi T.M. | 435,98 | 104,30 | 0,74 | 1,91 | 0,24 | 20,93 | 12,99 | 0,00 | | |
| | 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 | | |
| | TV paprika | 16,38 | 0,00 | 0,24 | 0,06 | 0,00 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | | |
| E | Tarhonyaleves ovi*tojás | 225,32 | 53,90 | 1,30 | 0,20 | 0,03 | 11,48 | 0,00 | 1,21 | | |
| | 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 | Körte | 332,27 | 79,49 | 0,60 | 0,45 | 0,00 | 18,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| | Abonett gluténmentes | 574,33 | 137,40 | 7,33 | 0,94 | 0,12 | 24,73 | 0,00 | 0,43 | | |
| | Összesen: | 4 552,65 | 1 079,74 | 33,23 | 33,77 | 7,75 | 160,73 | 13,84 | 4,86 | | |





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

