



Tételes étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 11. 04. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	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	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E Húspuding bölcsi*T.M.	887,67	212,36	10,73	13,38	4,40	11,82	0,39	1,28		
	Burgonyapüré bölcsi*T.M.	717,88	171,74	3,93	1,78	0,38	33,95	2,00	0,83		
	Párolt káposztaB*	220,43	52,73	1,90	1,19	0,14	8,23	1,50	0,04		
	U EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24		
Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
Összesen:	5 324,42	978,08	38,42	61,20	36,86	143,11	5,49	4,65			
2024. 11. 05. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Zalaikrém házi bölcsi T.M.	440,12	105,29	4,69	9,47	3,13	0,20	0,00	0,80		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		





2024. 11. 05. kedd (00471) 1-3 év tejmentes											
T	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03		
E	Zabgaluskás leves B*T.M.	395,22	94,55	2,80	4,43	0,50	10,63	0,00	0,61		
	Bolognai Spagetti bT.M.	1 477,61	331,59	15,01	14,13	3,73	41,59	0,08	0,73		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
U	Májpástétom bölcsi T.M.	436,75	104,49	3,42	9,61	2,36	0,96	0,00	1,12		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	Összesen:	4 941,02	1 160,16	41,71	40,58	10,19	159,21	6,58	4,88		
2024. 11. 06. szerda (00471) 1-3 év tejmentes											
R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	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		
T	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
E	Rozmaringos cs.mell bölcsi*	434,86	104,03	13,84	5,21	0,67	0,33	0,00	0,50		
	Karfiolfőzelék B. TM.	609,71	145,86	5,20	5,93	0,68	17,73	2,40	1,03		
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
	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		





2024. 11. 06	(00471)	U	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
			Összesen:	4 968,44	892,92	39,40	63,09	35,63	117,42	5,38	4,05	
2024. 11. 07. csütörtök	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Tejeskávé bölcsi T.M.	362,92	86,82	0,53	1,33	0,17	18,07	12,37	0,00	
			Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		E	Húsgombóc bölcsi	709,82	169,81	7,66	7,78	2,69	17,08	0,00	0,07	
			Karalábéfőzelék bölcsi*T.M.	562,16	134,49	4,40	4,38	0,48	19,07	1,20	0,78	
		U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
			Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32	
			Összesen:	3 878,74	927,93	26,70	33,59	14,54	125,98	16,68	2,35	
2024. 11. 08. péntek	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	
			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	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	





2024. 11. 08. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	<b>T</b>	Gyümölcslé 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00			
	<b>E</b>	Piritott csirkemáj B	422,76	101,14	10,34	4,97	1,07	3,63	0,00	0,38			
		Rizi-bizi mir. B*	1 089,10	260,55	6,46	5,33	0,61	46,35	0,01	0,37			
		Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35			
	<b>U</b>	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01			
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			
			Összesen:	5 181,28	943,86	33,04	54,28	33,58	155,95	2,84	3,52		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

