



Tételes étlap 2023.11.06. - 2023.11.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 06. hétfő (00472) Tej-tojásmentes 1-3 év	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00		
	Párizsi baromfi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68		
	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 Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08		
	Sütőtközelék bölcsi T.M.	771,99	184,69	3,52	4,66	0,46	31,76	0,80	0,52		
	U EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	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		
	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	4 962,53	891,52	36,14	58,98	35,01	129,41	2,30	2,98		





2023. 11. 07. kedd		Tej-tojásmentes 1-3 év (00472)											
2023. 11. 08. szerda	Tej-tojásmentes 1-3 év (00472)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	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		
			Újhagyma 12% db	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		E	Sertés aprópecs,csíki bölcsi	524,12	125,39	10,65	8,71	1,97	0,94	0,00	0,31		
			Finomfőzelék bölcsi T.M.	745,28	178,30	6,60	5,03	0,55	26,24	3,20	0,69		
		U	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
			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				
	Összesen:	4 519,32	1 081,18	38,94	39,51	10,80	138,65	9,90	4,29				
	R	Kakaó bölcsi T.M.	534,50	127,87	1,39	2,58	0,72	24,61	17,18	0,01			
		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			
	T	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03			
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			





2023. 11. 08. szerda (00472)		Tej-tojásmentes 1-3 év									
E	Csirke raguleves B TM.	350,91	83,95	9,23	3,39	0,42	3,94	0,00	1,09		
	Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,98	0,03		
	Sonkakrém házi bölcsi T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,08	0,59	 	
	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:		4 540,21	1 086,19	33,48	16,71	3,42	196,80	48,32	3,35		
2023. 11. 09. csütörtök (00472)		Tej-tojásmentes 1-3 év									
R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Padlizsánkrém*TM	20,33	4,86	0,22	0,05	0,00	0,87	0,00	0,60	 	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Lecsós csirketokány bölcsi	525,07	125,61	12,64	7,66	0,94	1,38	0,00	0,59		
	Tészta köret Farfalle B*GM	863,67	206,62	3,00	2,86	0,40	41,50	0,00	0,56		
U	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
Összesen:		4 662,30	819,69	26,49	48,16	31,62	144,64	2,00	3,77		





2023. 11. 10.

péntek

(00472)

Tej-tojásmentes 1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00		
	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		
T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
E	Kakukkfűves apróhús B*	716,27	171,36	8,82	14,74	4,58	0,64	0,00	0,87		
	Kelkáposzta főzelék B. GM.	591,58	141,53	5,85	3,50	0,40	21,29	0,00	0,61		
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		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
Összesen:		5 245,56	959,23	34,53	71,35	39,76	120,70	1,60	3,73		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

