



Tételes étlap 2023.11.06. - 2023.11.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 06. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év	R Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	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		
	Sütőköfével bölcsi	1 259,69	301,36	6,27	7,01	1,46	53,05	0,00	1,03		
	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:	4 432,60	1 060,43	40,94	29,03	8,72	154,39	1,50	3,57		





2023. 11. 07.

kedd

(00475)

Tojásmentes 1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
	Kefír 140 gr	246,62	59,00	0,00	3,00	0,00	4,40	4,20	0,10			
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06			
	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	709,80	169,81	8,45	5,54	1,57	21,16	0,00	0,48		
	U	Reszelt sajt bölcsi	388,61	92,97	6,93	7,03	4,47	0,40	0,00	0,61		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		Összesen:	4 183,73	1 000,90	41,45	31,46	10,00	129,68	10,53	3,82		





2023. 11. 08. szerda (00475) Tojásmentes 1-3 év											
R	Kakaó bölcsei	631,11	150,98	5,16	4,51	2,49	22,30	14,99	0,15		
	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		
	E Csirke raguleves B	350,15	83,77	8,81	3,55	0,62	3,96	0,10	0,11	 	
	Tejberizs B* T.M.	1 023,40	244,83	3,68	3,44	0,99	49,50	19,98	0,02	 	
	U Sonkakrém házi bölcsei 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:		4 616,07	1 104,33	36,99	18,83	5,74	193,10	50,23	2,50		
2023. 11. 09. csütörtök (00475) Tojásmentes 1-3 év											
R	Tej 1,5dl bölcsei	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Padlizsánkrém	89,76	21,47	1,17	1,37	0,56	1,07	0,17	0,62	 	
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
T Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00			
E	Lecsós csirketokány bölcsei	525,07	125,61	12,64	7,66	0,94	1,38	0,00	0,59		
	Galuska köret b GM.	1 022,15	244,53	5,61	6,86	1,10	39,80	0,00	0,85		
U Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00			





2023. 11. 10. péntek		00475									
2023. 11. 09		00475									
U	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Összesen:	3 846,51	920,21	30,49	25,49	6,70	138,36	1,90	4,21		
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00		
	Vajkrém natúr, 20% zsírt.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09		
	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 bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60		
U	Sajtkrém bölcsi	569,88	136,34	5,54	12,62	6,87	0,36	0,00	0,51		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	Összesen:	4 147,62	992,26	38,72	40,19	16,44	116,40	1,48	3,81		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

