



Tételes étlap 2024.11.11. - 2024.11.17.

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. 11. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	<b>T</b> Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	<b>E</b> Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47	   		
	Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93	 		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	<b>U</b> Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:	6 723,79	1 608,56	44,07	69,68	20,86	191,13	20,15	6,06		





2024. 11. 12.

kedd









(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

<b>T</b>	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	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		
	<b>E</b>	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	
		Majorannás pulyka apróhús I*	885,94	211,95	16,68	15,07	3,35	2,14	0,00	0,92	
		Lencsefőzelék I*T.M.	1 605,48	384,09	22,79	7,41	0,63	56,08	3,50	1,06	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	<b>U</b>	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:		5 981,03	1 430,88	64,59	43,85	9,23	189,71	19,48	6,68	





2024. 11. 13. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év												
2024. 11. 13. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66	  	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Zöldborsóleves cs.májjal I*TM	788,44	188,62	14,30	7,59	1,29	15,35	0,00	1,33	 	
		Édes-savanyú csmell csíkok I*T	686,81	164,31	20,39	5,58	0,73	7,71	2,76	0,77	 	
		Párolt rizs sulí*diéta	1 509,03	361,01	6,40	9,52	1,10	62,00	0,00	0,80		
	U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
	Összesen:		5 748,24	1 369,30	52,99	47,74	11,05	180,34	4,91	5,74		
2024. 11. 14. csütörtök (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Mustáros tojáskrém I* TM	297,14	71,08	2,81	6,35	1,67	0,59	0,00	0,45	   	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Gombaleves I* magyaros D.	387,02	92,59	3,93	4,86	0,55	8,11	0,00	1,82	 	
		Sertés pörkölt I*	1 168,79	279,62	14,57	23,62	6,97	3,61	0,30	1,36		
		Tökfőzelék I*	799,49	191,27	5,02	7,45	2,52	25,44	2,42	0,88	 	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2024. 11. 14.	(00549) Tej-	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:	5 067,72	1 212,38	48,81	48,08	13,38	143,10	4,97	7,06		
2024. 11. 15. péntek	(00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		E	Fokhagyma krémleves I*TM	323,78	77,46	1,32	4,85	0,58	7,04	0,32	0,98		
			Natúr sertés falatok I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66		
			Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89		
			Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
		U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
			Összesen:	4 900,79	1 172,45	34,32	52,99	19,37	136,12	22,34	3,63		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
diétetikus

.....  
Gazdaságvezető

