



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 (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T 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		
	E Frankfurti leves isk* T.M.	918,57	219,75	8,89	13,45	3,67	15,39	0,00	1,47	 	
	Darás metélt I* tojás	2 273,92	544,00	4,60	6,47	0,63	116,17	30,56	0,49	 	
	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		
	U 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:	7 077,08	1 693,08	34,97	67,86	20,42	225,32	44,72	5,62		
2024. 11. 12. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T 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		
	E Zöldségleves sulitej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	 	





2024. 11. 12. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év													
E	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				
	U 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 (00521) Tej-és tojás- 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	Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00				
	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20				
Összesen:		5 709,94	1 360,14	53,44	47,74	11,05	177,04	4,91	5,73				





2024. 11. 14. csütörtök		(00521) Tej-és tojás- 7-14 év										
2024. 11. 14. csütörtök	(00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T	Harcapástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39	
			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	407,92	97,59	3,58	5,77	0,65	7,66	0,00	0,83	
			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	
		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:	5 154,18	1 233,07	45,65	50,54	12,88	143,59	5,03	6,01	
2024. 11. 15. péntek	(00521) Tej-és tojás- 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	
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	





2024.	11. 15.	(00521)	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
					Összesen:	4 778,62	1 143,22	33,72	52,39	19,37	131,92	22,34	3,62	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

