



Tételes étlap 2023.11.13. - 2023.11.19.

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. 13. hétfő (00474) Tej, toj., hal, marha, magyóróm. 1-3 év	<b>R</b> Vaniliás tej 1,5 dl bölcsi*TM	415,77	99,47	0,50	1,27	0,16	21,38	11,98	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		
	<b>T</b> Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	<b>E</b> Csirkepörkölt mellből bölcsi	376,83	90,15	10,05	5,07	0,63	0,97	0,00	1,06		
	Petrezselymes bföz bölcsi T.M.	850,73	203,52	4,90	4,10	0,46	35,94	0,00	0,80		
	<b>U</b> 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		
	Póréhagyma	23,12	5,53	0,33	0,05	0,00	0,95	0,00	0,00		
	Összesen:		3 531,11	844,76	28,70	19,51	3,61	134,82	13,48	3,51	





2023. 11. 14.

kedd

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

<b>R</b>	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05	
	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	   
	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	
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
<b>T</b>	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
<b>E</b>	Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08	
	Finomfőzelék bölcsi T.M.	745,28	178,30	6,60	5,03	0,55	26,24	3,20	0,69	
<b>U</b>	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	
	Összesen:	4 601,80	805,21	37,62	56,33	33,76	113,15	4,70	3,53	





2023. 11. 15.

szerda

(00474)

Tej,toj,.,hal,marha,mogyoróm. 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	
	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	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
E	Csontleves tésztabet. B. GTM.	206,66	49,44	2,06	1,10	0,15	7,77	0,00	1,07	
	Húsos metélt*Otej-toj.-fruktóz	1 899,13	454,34	14,21	21,12	5,97	50,72	0,00	0,77	
U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	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	
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00	
Összesen:		5 885,97	1 112,43	35,91	65,57	37,84	169,03	15,34	3,99	





2023. 11. 16.  
csütörtök

(00474)  
Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

<b>R</b>	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
	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	
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
<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>	Bazsalikomos csirkemáj B*T.M.	404,92	96,87	12,01	4,55	1,14	1,88	0,00	0,59	
	Tökfőzelék mir. bölcsiT.M.	491,93	117,69	2,68	3,95	0,42	17,53	3,00	0,53	
<b>U</b>	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
	Összesen:	3 596,39	860,39	25,30	24,82	6,85	129,58	10,10	3,65	





2023. 11. 17.

péntek

(00474)

Tej, toj., hal, marha, mogyoróm. 1-3 év

R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Főtt virsli bölcsi T.M.	387,74	92,76	5,00	8,00	3,06	0,08	0,00	1,00		
	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	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
	E	Zöldfűszeres csirkecomb filé*B	529,10	60,06	10,91	5,82	1,24	1,08	0,63	0,64	
		Szilvamártás mir. bölcsi TM.	553,27	132,36	2,32	0,12	0,01	29,41	9,99	0,01	
		Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10	
	U	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
		Abonett gluténmentes	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,32	
Összesen:		4 733,10	770,11	36,56	48,05	33,02	133,42	11,37	2,95		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

