

















Tételes étlap 2023.11.13. - 2023.11.19.

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. 13. hétfő (00475) Tojásmentes 1-3 év	R Vaniliás tej 1,5 dl bölcsi*	518,34	124,00	4,55	3,74	2,02	17,93	6,65	0,15		
	Vaj 100g háromnegyed zsíros	31,52	7,54	0,01	0,83	0,52	0,01	0,01	0,00		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E Csirkepörkölt mellből bölcsi	376,83	90,15	10,05	5,07	0,63	0,97	0,00	1,06		
	Petrezselymes bföz bölcsiGT.M.	851,57	203,72	4,59	4,27	0,49	35,92	0,00	0,81		
	U EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Póréhagyma	23,12	5,53	0,33	0,05	0,00	0,95	0,00	0,00		
	Összesen:	3 215,34	769,21	30,80	15,79	4,03	122,81	7,89	3,58		
2023. 11. 14. kedd (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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
	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		
	T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		





2023. 11. 14. kedd											
2023. 11. 15. szerda											
Tojásmentes 1-3 év	E	Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08	
		Finomfőzelék bölcsi	709,80	169,81	8,45	5,54	1,57	21,16	0,00	0,48	 
	U	Padlizsánkrém	89,76	21,47	1,17	1,37	0,56	1,07	0,17	0,62	    
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Kefír 140 gr	246,62	59,00	0,00	3,00	0,00	4,40	4,20	0,10	
	Összesen:	3 864,74	924,57	42,47	28,86	8,05	116,36	5,87	3,52		
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	
		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	Sajtkrém bölcsi	569,88	136,34	5,54	12,62	6,87	0,36	0,00	0,51	 
		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:	5 241,34	1 253,91	41,10	42,39	16,40	172,56	15,08	4,08		





2023. 11. 16. csütörtök												
2023. 11. 17. péntek												
2023. 11. 16. csütörtök	(00475) Tojásmentes 1-3 év	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			Túrókrém petrezselymes bölcsi	35,93	8,60	0,87	0,46	0,31	0,23	0,22	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	
		T	Gyümölcslé 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00	
		E	Bazsalikomos csirkemáj B*	407,76	97,55	12,03	4,56	1,14	2,02	0,00	0,59	
			Tökfőzelék mir. bölcsi GTM.	407,33	97,45	2,37	3,19	0,35	14,52	0,00	0,35	
		U	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:	3 102,70	742,29	23,26	13,93	3,71	126,68	7,22	3,13	
2023. 11. 17. péntek	(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	
			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	





2023. 11. 17. péntek (00475) Tojásmentes 1-3 év	E	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	Natúr joghurt 150g 1,5%	219,78	52,58	4,48	1,96	1,40	3,92	3,36	0,14		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	Összesen:		3 663,52	809,92	37,61	21,50	8,24	122,52	14,73	2,89		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

