



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 (00470) Gluténmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	U Paprikás szalámi	357,39	85,50	2,70	6,24	3,20	0,15	0,08	0,60		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
Összesen:	2 566,57	614,00	6,96	37,33	12,55	57,59	18,14	2,88			
2024.11.12. kedd (00470) Gluténmentes 4-6 év	T Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23	 	
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01		
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78		
	U Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
Összesen:	2 073,81	496,12	10,23	15,10	4,41	79,32	25,88	2,26			





2024. 11. 13. szerda (00470) Gluténmentes 4-6 év													
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	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	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15				
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32				
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
	U	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00			
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			
Összesen:		2 380,31	565,53	10,26	19,24	5,91	86,15	19,52	1,87				
2024. 11. 14. csütörtök (00470) Gluténmentes 4-6 év													
T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23	 			
	EUROFOOD baromfikrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24	 			
	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32				
U	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06				
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15				
	Bagett gluténmentes 60g	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,53	0,00	0,78				
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
Összesen:		2 341,53	560,17	19,22	20,42	5,71	72,73	12,64	1,78				





2024. 11. 15. péntek (00470) Gluténmentes 4-6 év	T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23	 	
		Méz	205,13	49,07	0,06	0,00	0,00	12,15	12,15	0,00		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Kenyér gluténmentes	290,93	69,60	0,24	0,68	0,20	15,60	0,00	0,52		
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
		Összesen:	1 952,91	467,19	8,78	23,82	13,52	55,89	26,22	1,01		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

