



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 (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 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			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E Frankfurti leves ovi* T.M.	327,98	78,46	2,71	3,02	0,34	9,91	0,00	0,37			
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40	 		
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	U Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:	5 302,64	1 268,56	25,10	38,49	10,09	201,38	51,62	3,74		





2024. 11. 12.

kedd

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06	
		Majorannás pulyka apróhús O*	664,45	158,96	12,51	11,30	2,51	1,60	0,00	0,69	
		Lencsefőzelék O* T.M.	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,82	
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	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	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
	Összesen:		6 379,58	1 131,95	53,70	75,99	44,83	160,05	17,56	5,30	





2024. 11. 13.

szerda

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 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	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
E	Zöldborsóleves cs.májjal O*TM	523,21	125,17	9,51	5,06	0,86	10,12	0,00	0,89	
	Édes-savanyú csmell csíkok O*T	555,18	132,82	15,24	5,33	0,68	5,65	2,23	0,69	
	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80	
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:		4 686,16	1 117,17	40,06	34,87	8,11	158,69	22,06	4,70	





2024. 11. 14.
csütörtök

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00	
	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	
E	Gombaleves O* magyaros	339,69	81,27	2,83	4,81	0,54	6,51	0,00	0,83	 
	Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07	
	Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83	
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
U	Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	Összesen:	4 424,79	1 013,04	36,28	37,42	8,46	139,87	20,94	5,19	





2024. 11. 15. péntek (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,77	2,66	0,58	26,23	18,02	0,12		
		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		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E	Fokhagyma krémleves O*TM	204,29	48,87	0,90	2,90	0,34	4,73	0,20	0,15		
		Natúr szelet O*	661,82	158,33	13,41	9,56	2,26	4,47	0,00	0,91		
		Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
		Összesen:	4 366,89	1 044,69	28,98	42,08	17,08	135,23	35,79	2,97		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

