



Tételes étlap 2023.11.20. - 2023.11.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 20. hétfő (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T 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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Legényfogó leves I*T.M.	588,52	140,80	10,81	6,36	1,44	9,84	0,40	1,13		
	Tejbedara szórattal I* T.M.	1 792,70	428,88	7,08	4,62	1,32	89,24	41,96	0,01		
	Kakaós porcukor sulis*	401,04	95,94	0,93	1,09	0,64	20,51	19,98	0,00		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	U Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Ropogós kenyér 200g	1 015,00	242,82	7,00	1,89	0,35	42,70	1,05	0,84		
		Összesen:	4 943,89	1 182,76	33,67	15,50	3,98	216,82	64,14	2,78	





2023. 11. 21. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év												
2023. 11. 22. szerda (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év												
T	Téliszalámi	540,27	129,25	5,75	11,75	4,75	0,13	0,13	1,13			
	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			
	Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04			
	E	Zöldségleves suli*tej-tojás.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
		Bácska Rizseshús I*	2 560,89	612,65	21,28	28,82	7,92	66,28	0,00	1,75		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98		
	U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:		5 999,62	1 435,31	43,90	60,40	17,37	175,10	24,22	6,97		
T	Harcspástétom 130g	544,05	130,16	0,00	11,86	1,60	2,30	0,09	0,59			
	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	Zöldbableves suli*tej, tojás	354,07	84,71	3,03	3,15	0,32	10,78	0,00	1,18		
		Sült hal isk	843,59	201,82	21,20	9,48	1,65	7,78	0,00	1,13		
		Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89		
	U	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			





2023. 11. 23. csütörtök (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:	5 074,73	1 208,19	46,29	47,84	9,83	142,01	4,94	6,37			
	T	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,00	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	E	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Gyümölcsleves I* T.M.	531,05	127,05	1,54	0,26	0,00	29,14	17,29	0,21			
		Sertés pörkölt I*	1 168,71	279,60	13,84	23,18	6,97	3,57	0,00	1,13			
	U	Tészta köret Farfalle I*G.M.	1 129,04	270,11	1,28	3,34	0,32	58,40	0,00	0,79			
		Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
		Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53			
		Összesen:	5 256,04	1 257,45	33,02	42,86	11,47	182,67	18,04	3,63			





2023. 11. 24. péntek (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T	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	Húsleves sulis* G.M.	349,55	83,63	3,82	3,05	0,96	9,88	0,00	1,03		
		Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	1,54		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Puffasztott rizs (Ham-let)	397,10	95,00	2,10	0,88	0,16	19,30	0,55	0,20		
		Összesen:	4 149,01	970,69	45,67	19,58	5,06	153,77	21,62	4,55		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

