



Tételes étlap 2025.11.17. - 2025.11.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 11. 17. hét	Tej-o.mag-citrus-marham. 4-6 év (00706)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Legényfogó leves O* T.M.	439,19	105,07	7,64	4,81	1,04	7,63	0,48	0,89		
			Tejbedara szórattal O. T.M.	1 334,94	319,36	5,74	3,21	0,64	65,67	27,97	0,14		
			Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	16,98	0,07		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	16,13	0,01		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Összesen:	4 824,57	1 154,20	32,40	26,65	8,45	191,41	73,45	3,55		





2025. 11. 18. kedd	Tej-o.mag-citrus-marham. 4-6 év (00706)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Zöldbableves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18		
			Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,06	0,89		
			Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,81	0,75		
		U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
			Összesen:	4 414,72	1 056,15	38,75	31,39	7,36	150,27	31,12	5,07		
2025. 11. 19. szerda	Tej-o.mag-citrus-marham. 4-6 év (00706)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			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	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
		E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
			Bácskai Rizseshús O*	1 995,62	477,42	16,58	24,35	6,20	49,16	0,68	1,54		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	8,33	0,74		





2025. 11. 19. szerda	(00706) Tej-o.mag-citrus-marham	U	Szendvicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	4 778,11	1 139,16	35,22	45,89	14,36	145,54	21,06	6,00		
2025. 11. 20. csütörtök	(00706) Tej-o.mag-citrus-marham. 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13		
			Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,00	0,44		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,06	0,15		
			Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Gyümölcsleves O* T.M.citrusm.	485,86	116,23	0,51	0,16	0,00	27,88	20,94	0,01		
			Zöldborsós cs.mellcsíkok O*TM	697,80	166,94	20,11	6,04	0,91	7,78	0,40	0,93		
			Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91		
		U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	3,11	0,11		
			Összesen:	4 268,88	1 021,26	42,13	38,63	16,27	125,90	34,56	3,45		





2025. 11. 21. péntek (00706) Tej-o.mag-citrus-marham. 4-6 év	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	8,21	0,13	 	
		Fekete áfonya dzsem	203,11	48,59	0,05	0,00	0,00	11,94	11,94	0,00		
		Zsemle, vizes 54g	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77	      	
	E	Csontleves tésztával ovi*diéta	173,69	41,55	2,13	1,17	0,17	5,66	0,00	0,97	  	
		Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	0,76		
		Zsemle, vizes 54g	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,92	0,39	      	
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
		Összesen:	3 624,16	850,60	34,62	17,02	4,65	140,65	27,91	4,16		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

