



Tételes étlap 2024.11.25. - 2024.12.01.

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. 25. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
	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 Sárgaborsó leves sertés I*TM	1 169,48	279,78	18,68	12,08	2,39	23,69	0,00	1,04	 	
	Krumplis tészta sulis*	2 058,72	492,52	15,00	12,39	1,58	79,81	0,09	2,06	 	
	U Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	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		
		Összesen:	6 310,16	1 503,74	54,58	64,42	16,16	174,49	1,84	6,78	





2024. 11. 26.

kedd

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
	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		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E	Tarhonyaleves isk*T.T.M.	351,11	84,00	2,25	0,42	0,04	17,88	0,08	1,87	
		Kakukkfűves a.hús (pulyka)I*TM	704,23	168,48	16,63	10,42	2,82	1,84	0,00	0,92	
		Finomfőzelék I* T.M,	989,73	236,78	8,11	6,95	0,77	34,81	4,40	1,31	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	U	Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66	
		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	
	Összesen:		5 874,30	1 405,35	53,08	59,98	16,30	159,15	7,03	8,11	





2024. 11. 27.

szerda

(00549)
Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
	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		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
E	Paradicsom leves I*T.T.M.	784,00	187,56	3,12	7,96	0,87	25,53	7,99	1,25		
	Csirke aprópecsenye I*TM	290,96	69,61	0,72	6,73	0,74	2,14	0,12	0,89		
	Bulgur köret I*TM	1 568,57	375,26	11,06	8,62	1,05	68,28	0,00	0,63		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
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:		5 296,81	1 267,19	31,12	42,02	7,55	193,20	25,81	4,60		





2024. 11. 28. csütörtök		Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év												
(00549)														
2024. 11. 28. csütörtök	Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	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			
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
		E	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33			
			Zöldséges combragu I*T.M.	741,91	166,54	23,18	6,20	1,40	6,96	0,00	0,99			
			Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76			
			Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92			
		U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11			
		Összesen:			3 744,29	884,81	39,27	37,23	15,84	99,85	2,62	6,09		
		2024. 11. 29. péntek	Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60	
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			
E	Brokkolikrémleves I* diéta			178,96	42,81	2,43	0,17	0,01	7,72	0,00	0,61			
	Borsos tokány (lapocka) I*			1 332,54	318,79	14,79	26,61	7,66	4,64	0,00	0,93			
	Tészta köret orsó I*			1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,89			
	Lilakáposzta saláta *I			189,08	45,24	1,74	0,22	0,03	9,00	3,20	0,60			
U	Banán			658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			





2024. 11.29	(00549 ,	U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
Összesen:				5 914,45	1 414,94	48,20	56,04	15,05	174,99	4,54	5,00		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

