



Tételes étlap 2024.11.25. - 2024.12.01.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 11. 25. hétfő (00521) Tej-és tojás- 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 sulí*GM	2 044,18	489,04	7,80	11,27	1,39	87,89	0,09	1,67		
	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:	6 295,62	1 500,26	47,38	63,30	15,97	182,57	1,84	6,39		
2024. 11. 26. kedd (00521) Tej-és tojás- 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		





2024. 11. 26. kedd		(00521) Tej-és tojás- 7-14 év												
E	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		(00521) Tej-és tojás- 7-14 év												
T	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80					
	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					
	Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00					
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:		5 573,89	1 333,48	31,98	47,58	11,19	190,62	25,91	5,31					






2024. 11. 28. csütörtök (00521) Tej-és tojás- 7-14 év												
2024. 11. 28. csütörtök (00521) Tej-és tojás- 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 (00521) Tej-és tojás- 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 isi*G.M.	1 164,13	278,50	1,28	4,27	0,42	58,40	0,00	0,00		
		Lilakáposzta saláta *I	189,08	45,24	1,74	0,22	0,03	9,00	3,20	0,60		





2024. 11. 29.	(00521) Tej-és trágya 7 1 1	U	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
			Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
			Összesen:	5 654,11	1 352,66	37,48	53,88	14,55	175,07	4,54	4,11		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

