



Tételes étlap 2023.12.04. - 2023.12.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 12. 04. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T Harcsapástétom 130g	453,37	108,46	0,00	9,88	1,33	1,92	0,08	0,49		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Palócleves mir I*T.M.	847,26	202,69	12,81	10,56	2,21	13,68	0,00	1,56		
	Diószorot I*	786,03	188,05	3,34	14,34	1,34	12,53	10,99	0,00		
	Diós tészta suli*	1 459,56	349,18	12,00	7,36	1,02	58,32	0,00	0,69	 	
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	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:	6 159,27	1 473,52	45,99	67,46	13,96	164,97	12,67	5,38		
2023. 12. 05. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	T Párizsi baromfi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	 	
	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 Zellerkrémleves (friss) I*TM	217,11	51,94	1,72	0,48	0,04	9,87	1,20	0,67	 	
	Pulyka aprópecsenye I* D.	806,15	192,86	16,65	13,19	3,14	1,67	0,00	1,12		





2023. 12. 05. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év											
E	Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	2,49		
	Kovászos uborka	38,13	9,12	0,78	0,08	0,00	1,32	0,00	2,38		
	U 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		
Összesen:		4 716,92	1 128,45	42,00	38,21	9,89	149,68	16,28	9,09		
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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Csurgatott tojás leves suli*TM	445,66	106,61	3,42	7,36	1,10	6,55	0,00	1,24	 	
	Csirkemell vadász módra I*	780,67	181,29	20,99	8,47	1,07	6,31	0,00	1,30		
	Párolt rizs suli*diéta	1 509,03	361,01	6,40	9,52	1,10	62,00	0,00	0,80		
	U Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53	 	
	Összesen:		5 420,69	1 291,34	50,77	50,29	11,71	151,33	0,85	5,67	





2023. 12. 07. csütörtök		(00525) Tejmentes 7-14 év										
2023. 12. 08. péntek	(00525) Tejmentes 7-14 év	T	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		E	Zöldségleves suli*tej- tojásm.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33	
			Fokhagymás sertéscsík I* D.	1 149,98	275,11	14,15	23,77	7,34	0,83	0,00	1,32	
			Parajfőzelék suli* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88	
		U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
				Puffasztott rizs (Ham-let)	317,68	76,00	1,68	0,70	0,12	15,44	0,44	0,16
		Összesen:	4 684,73	1 120,74	37,46	38,96	9,29	152,02	14,49	5,23		
2023. 12. 08. péntek	(00525) Tejmentes 7-14 év	T	Olasz felvágott	532,50	127,39	3,84	7,05	4,80	0,30	0,15	0,47	
			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	Csirkebecsinált leves I* T.M.	743,59	177,89	13,85	9,84	1,53	8,16	0,00	1,18	
			Tejberizs I* T.M.	1 855,27	443,84	6,38	5,67	1,73	91,29	41,96	0,04	
		U	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
		Összesen:	5 577,68	1 334,37	31,89	42,03	13,78	190,62	44,11	3,91		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

