



### Tételes étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 12. 02. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	<b>T</b> Harcsapástétom 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			
	<b>E</b> Palócleves mir I*sertésTM	885,66	211,88	8,11	13,83	3,41	13,33	0,00	1,48			
	Spenótos tészta*I T.M.	1 575,17	376,83	13,25	8,57	2,05	61,23	0,32	1,39	  		
	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
	<b>U</b> Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	Összesen:		5 508,26	1 311,88	31,27	40,21	8,97	200,53	2,41	5,53		





2024. 12. 03.

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		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	E	Zellerkrémleves mir. iskT.M.	479,97	114,83	2,16	7,46	0,90	9,38	1,20	1,07	
		Pulyka aprópecsenye I* D.	806,15	192,86	16,65	13,19	3,14	1,67	0,00	1,12	
		Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	1,60	
		Kovászos uborka	38,13	9,12	0,78	0,08	0,00	1,32	0,00	2,38	
	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:		5 006,19	1 197,66	41,85	46,06	10,85	149,86	19,05	8,51	





2024. 12. 04. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év													
2024. 12. 04. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	EUROFOOD baromfifkrém csirkemáj	210,25	50,30	3,37	3,28	0,98	1,64	0,00	0,24			
		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 sulit*TM	445,66	106,61	3,42	7,36	1,10	6,55	0,00	1,24			
		Csirkemell vadász módra I*	806,43	187,45	22,10	8,48	1,08	6,71	0,00	1,11			
		Párolt rizs sulit*diéta	1 509,03	361,01	6,40	9,52	1,10	62,00	0,00	0,80			
	U	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41			
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
		Összesen:	4 654,19	1 107,96	49,94	31,73	4,79	152,18	1,30	4,60			
	2024. 12. 05. csütörtök (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
Zsemle			726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
E		Zöldségleves sulit*tej-tojás m.	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			
		Cukkinis sárgarépa főz I*TM	2 188,70	523,61	11,49	38,33	19,91	32,29	0,00	0,91			
Zsemle		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
U		Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11			
		Összesen:	5 933,66	1 419,52	42,26	79,43	38,07	131,87	15,83	5,21			





2024. 12. 06.

péntek

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

<b>T</b>	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	
	Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04	
<b>E</b>	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	6,58	5,13	1,25	91,18	42,01	0,21	
	Kakaós porcukor sulis*	401,04	95,94	1,05	0,75	0,34	20,44	20,02	0,12	
<b>U</b>	Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78	
	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:	6 101,65	1 459,72	44,84	55,04	15,05	190,89	63,75	5,17	





2024. 12. 07.

szombat

(00549)  
Tej-olajosmag-citrusmentes 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			
	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		
		Grill virsli I* diéta	1 109,69	265,48	12,50	23,71	8,08	0,20	0,00	2,50	   	
		Burgonya főzelék I* T.M.	1 246,68	298,25	6,68	7,96	0,90	48,87	0,00	1,50		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
		Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
Összesen:		6 453,93	1 538,14	40,96	64,05	19,50	188,22	2,85	8,94			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

