



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 (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év	T Harcsapástétom 130g	362,70	86,77	0,00	7,90	1,07	1,53	0,06	0,39		
	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 sulis*G.M.	2 266,83	542,30	6,86	22,30	4,69	77,89	15,98	0,20		
	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:		6 875,87	1 644,95	40,85	80,42	17,37	184,15	28,63	4,79	






















2023. 12. 05. kedd (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év												
2023. 12. 06. szerda (00546) Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év												
T	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84			
	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		
		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:		4 558,65	1 090,59	41,79	33,59	8,16	150,91	16,43	9,25			
T	Túrókrém snidlinges I*	190,37	45,54	4,29	2,60	1,70	1,18	1,16	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	Rántott leves I* tojásm.	309,41	73,67	0,93	5,68	0,64	4,72	0,00	0,79		
		Pulykahús vadász módra I*	979,92	228,95	17,63	15,27	3,38	6,23	0,00	1,28		
		Párolt rizs sulí*diéta	1 509,03	361,01	6,40	9,52	1,10	62,00	0,00	0,80		





2023. 12. 06.		2023. 12. 07.		2023. 12. 08.						
06.		csütörtök		péntek						
(00546)		(00546)		(00546)						
Tojás-csirke		Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év		Tojás-csirkehúsmentes 7-14 év						
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:	4 666,32	1 110,51	45,57	35,69	7,20	150,32	1,91	4,44	
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-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	
	Parajfőzelék suli* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
U	Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18	
	Összesen:	4 358,33	1 042,65	38,54	41,46	11,37	125,18	27,05	5,25	
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*	1 616,07	386,62	12,50	5,30	2,72	71,99	19,98	0,34	





2023. 12. 08.	(00546) Tojás- csirkabrigád	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:	5 338,48	1 277,15	38,01	41,66	14,77	171,32	22,13	4,21	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

