



Tételes étlap 2023.12.04. - 2023.12.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2023. 12. 04. hétfő (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05			
	Párizsi baromfi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68			
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
	Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	T Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01			
	E Fűszeres halfalatok B*	456,61	109,24	12,11	6,60	1,10	0,30	0,00	0,08			
	Sütőtökfőzelék bölcsi GT.M.	773,25	184,99	3,19	4,64	0,47	32,21	0,80	0,52			
	U EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:		4 963,79	891,82	35,81	58,96	35,02	129,86	2,30	2,98		















2023. 12. 05.

kedd

(00474)

Tej,toj,.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
	Sonka (szeletelt,csomagolt) 100	76,91	18,40	2,40	0,80	0,32	0,40	0,10	0,50	  		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Újhagyma 12% db	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		E	Sertés aprópecs,csíki bölcsi	524,12	125,39	10,65	8,71	1,97	0,94	0,00	0,31	
	Finomfőzelék bölcsi GT.M.		747,80	178,90	5,94	4,99	0,57	27,14	3,20	0,69		
	U	Zala szeletelt 100 g	218,70	52,32	3,12	4,32	1,78	0,26	0,12	0,53	  	
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		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		
	Összesen:		4 312,51	1 031,70	36,96	34,63	8,90	139,25	9,92	3,86		





2023. 12. 06.

szerda

(00474)

Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év

R	Kakaó bölcsei T.M.	534,50	127,87	1,39	2,58	0,72	24,61	17,18	0,01	
	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	
T	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03	
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
E	Csirke raguleves B TM.	350,91	83,95	9,23	3,39	0,42	3,94	0,00	1,09	
	Tejberizs O* T.M.	1 289,67	308,53	4,63	4,71	1,40	61,53	25,97	0,03	
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00	
U	Sonkakrém házi bölcsei T.M.	232,06	55,52	3,73	4,38	1,18	0,26	0,08	0,59	
	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	
Összesen:		5 111,03	1 222,74	35,15	18,66	4,56	224,72	75,29	3,35	





2023. 12. 07. csütörtök (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év		R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			Padlizsánkrém*TM	20,33	4,86	0,22	0,05	0,00	0,87	0,00	0,60		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Lecsós csirketokány bölcsi	525,07	125,61	12,64	7,66	0,94	1,38	0,00	0,59		
			Tészta köret orsó B*tojás	674,95	161,47	0,80	1,28	0,11	36,50	0,00	0,00		
		U	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
			Összesen:	4 473,58	774,54	24,29	46,58	31,33	139,64	2,00	3,21		
2023. 12. 08. péntek (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év		R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
			Kukoricapehely (corn flakes)	259,65	62,12	0,69	1,47	0,66	11,39	0,00	0,00		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2023. 12. 08. péntek (00474) Tej,toj.,hal,marha,mogyoróm.1-3 év	R	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	E	Sertés pörkölt bölcsi	476,59	114,02	8,72	7,96	1,68	1,73	0,00	0,58			
		Kelkáposzta főzelék B. GM.	591,58	141,53	5,85	3,50	0,40	21,29	0,00	0,61			
	U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44			
		Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
		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			
	Összesen:			4 913,92	879,89	34,23	61,97	35,70	122,09	1,76	3,44		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

