



Tételes étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 12. 02. hétfő (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	E Palócleves mir O*sertésTM	664,31	158,93	6,08	10,37	2,56	10,00	0,00	1,11		
	Spenótos tészta*O G.T.M.	1 167,46	279,30	4,44	5,58	1,39	51,91	0,24	0,75	 	
	Mandarin	117,59	28,13	0,42	0,18	0,00	5,88	0,00	0,00		
	U Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 301,51	1 029,07	20,55	31,86	8,59	161,45	20,07	4,31	





2024. 12. 03.

kedd

(00705)

Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
	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			
	E	Zellerkrémleves mir. oviT.M.	378,75	90,61	1,33	5,96	0,68	7,62	0,92	1,04	 	
		Pulyka aprópecsenye O* D.	661,03	158,14	12,52	11,29	2,51	1,44	0,00	1,08		
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,20		
		Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79		
	U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	Összesen:		4 583,53	1 096,52	34,42	35,99	8,21	154,81	36,70	7,20		





2024. 12. 04. szerda (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6											
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	EUROFOOD baromfikrém 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)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
E	Rántott leves O*tojásm.	216,36	49,99	0,18	3,86	0,44	3,76	0,02	0,88		
	Csirkemell vadász módra O*	562,95	131,39	16,52	5,42	0,70	4,72	0,00	0,81		
	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80		
U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	5 177,28	839,27	41,76	63,52	41,09	127,85	1,21	3,91		
2024. 12. 05. csütörtök (00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	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 ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
	Fokhagymás sertéscsíkok O* D.	548,85	131,30	12,71	8,58	2,16	0,67	0,00	1,11		
	Cukkinis sárgarépa főz O*TM	1 261,01	301,68	6,97	20,28	10,07	22,26	0,00	0,63		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		





2024. 12. 06. péntek		2024. 12. 05. csütörtök		2024. 12. 04. kedd		2024. 12. 03. hétfő		2024. 12. 02. vasárnap		2024. 12. 01. szombat		2024. 11. 30. péntek		
2024. 12. 06. péntek	(00705) Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6	U	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11			
			Összesen:	4 294,33	1 027,34	32,60	45,64	22,93	120,44	33,44	4,07			
		T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
			Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68			
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
		E	Csirkebecsinált leves O*diéta	472,20	112,97	9,19	5,60	0,98	6,23	0,00	0,94	 		
			Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,98	0,03			
			Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07			
		U	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	 		
			Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15			
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:	4 825,26	1 154,37	33,56	39,35	10,87	162,79	52,62	4,11				





2024. 12. 07.
szombat

(00705)
Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	398,41	95,31	0,03	10,50	2,85	0,06	0,00	0,15		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
E	Zöldbableves ovi*tej, tojás	244,62	58,52	2,18	2,11	0,21	7,51	0,00	1,18		
	Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63		
	Burgonya főzelék O* T.M.	883,27	211,31	4,86	5,03	0,57	35,84	0,00	0,80		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
Összesen:		4 841,39	1 154,30	28,29	37,80	10,73	173,28	20,21	6,44		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

