



Tételes étlap 2023.12.04. - 2023.12.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 12. 04. hétfő (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	Harcspástétom 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 O*T.M.	641,89	153,56	10,17	7,70	1,68	10,56	0,00	1,25		
	Diósorozat O*	731,36	174,97	3,04	13,04	1,22	12,39	10,99	0,00		
	Diós tészta ovi*tojás	1 657,03	396,42	5,15	16,03	3,44	57,42	10,99	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	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:		6 180,27	1 478,54	36,27	66,51	14,52	178,51	41,62	4,43	





2023. 12. 05. kedd (00493) Tej-és tojásmentes 4-6 év												
T	Kakaó ovi T.M.	582,50	139,35	1,65	2,99	0,88	26,30	17,98	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			
	E	Zellerkrémleves (friss) O* T.M	191,33	45,77	1,51	0,41	0,03	8,79	1,04	0,55		
		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	1,99		
		Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79		
	U	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		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:		4 653,10	1 113,16	36,56	32,83	8,38	163,70	34,10	7,58			
T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07			
	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80			
	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)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			





2023. 12. 06. szerda (00493)		Tej-és tojásmentes 4-6 év											
E	Rántott leves O*tojásm.	214,48	49,54	0,53	3,90	0,44	3,53	0,00	0,89				
	Csirke mell vadász módra O*	543,63	126,77	15,68	5,41	0,70	4,42	0,00	0,96				
	Párolt rizs ovi*diéta	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,67	46,50	0,00	0,80				
	Összesen:	5 683,78	960,44	42,85	75,21	46,15	126,65	0,85	4,84				
U	Abonett gluténmentes	574,33	137,40	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43				
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	Összesen:	5 683,78	960,44	42,85	75,21	46,15	126,65	0,85	4,84				
	T	Citromos tea ovi	307,05	73,46	0,08	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
		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 ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
			Fokhagymás sertéscsík O* D.	548,85	131,30	12,71	8,58	2,16	0,67	0,00	1,11		
			Parajfőzelék ovi* T.M.	489,51	117,11	3,85	5,52	0,59	12,87	2,00	0,85		
			Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
U		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:	3 685,66	881,74	30,22	19,94	3,64	143,05	30,90	4,34			





2023. 12. 08.

péntek

(00493)
Tej-és tojásmentes 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,10	0,32		
	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	
	U	Gluténmentes ostya	880,50	210,65	0,00	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20	
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
	Összesen:		5 729,51	976,45	26,61	72,22	47,41	148,87	18,08	3,52	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

