



Tételes étlap 2025.01.27. - 2025.02.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 27. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	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		
	T Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	E Húspogácsa bölcsi	518,41	124,02	12,06	4,83	0,73	7,75	0,15	1,00		
	Zöldborsófőzelék mir. B. T.M.	910,30	217,78	10,78	5,10	0,52	31,65	3,20	0,62		
	U 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		
	Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27		
	Összesen:	5 109,53	926,68	46,06	55,12	33,35	136,52	6,33	4,67		
2025. 01. 28. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Tojásrántotta bölcsi	346,36	82,86	5,40	6,66	1,45	0,24	0,00	0,14		
	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		





2025. 01. 28. kedd		(00471) 1-3 év tejmentes											
E	Rakott brokkoli B*TM	2 532,36	605,83	20,48	48,08	23,33	22,63	0,10	1,19				
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67				
	Összesen:	6 198,75	1 187,27	38,71	93,35	53,70	124,61	4,09	3,86				
2025. 01. 29. szerda		(00471) 1-3 év tejmentes											
R	Kakaó bölcsi T.M.	534,50	127,87	1,49	2,32	0,48	24,56	17,21	0,09				
	Diós krém B* T.M.	300,39	71,86	0,63	7,48	1,98	0,42	0,00	0,08				
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01				
E	Kukoricapelyhes csmell b	803,95	192,33	15,74	4,92	0,91	20,92	1,84	0,70				
	Sütőtközelék bölcsi*TM	1 308,85	313,12	5,21	11,09	1,20	47,43	4,00	0,03				
U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	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				
	Összesen:	5 022,30	1 201,49	38,79	38,23	8,41	170,63	24,65	2,99				
2025. 01. 30. csütörtök		(00471) 1-3 év tejmentes											
R	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00				
	Kukoricapehely (corn flakes)	244,53	58,50	1,13	0,47	0,17	12,30	1,38	0,28				
	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				





2025. 01. 30. csütörtök (00471) 1-3 év tejmentes	R	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09	
	T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00	
	E	Pulyka aprópecsenye B.T.M.	498,34	115,93	10,64	7,60	1,88	1,93	0,00	1,11	
		Galuska köret b	1 072,26	256,52	9,45	8,47	1,25	35,32	0,00	0,86	
	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	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
	Összesen:			4 531,11	1 080,71	36,09	27,13	5,85	169,23	22,45	3,99
2025. 01. 31. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
		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	
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
	E	Petrezselymes pulyka vagd bT.M	845,90	202,37	15,10	11,01	2,63	10,29	0,18	1,40	
		Paradicsomos káposzta bölcsei*	625,63	149,67	4,36	4,28	0,46	22,81	5,09	0,78	
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	





2025. 01.31	(00471 ,	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
			Összesen:	4 108,89	977,10	31,00	39,58	16,81	124,55	14,15	4,57	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

