



Tételes étlap 2024.12.09. - 2024.12.15.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 12. 09. 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		
2024. 12. 10. 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		





2024. 12. 10. 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	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:	6 175,14	1 181,62	38,41	92,29	54,72	126,47	1,85	3,15				
2024. 12. 11. 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	Csirke aprópecsenye*TM	410,01	98,09	12,38	5,14	0,65	0,45	0,00	0,29				
	Sütőtkőfőzelék 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:	4 628,36	1 107,25	35,43	38,45	8,15	150,16	22,81	2,58				
2024. 12. 12. csütörtök		(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				
	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				





2024. 12. 12. 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	Kókuszgurt (málnás) 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11			
	Abonett 100g	433,88	103,80	4,50	0,99	0,18	18,00	0,33	0,24			
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00			
	Összesen:	5 457,79	1 006,71	38,18	69,52	43,92	134,49	4,33	3,61			
2024. 12. 13. péntek (00471) 1-3 év tejmentes												
R	Csipkebogyótea bölcsi	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 fasírtgolyó bT.M	845,90	202,37	15,10	11,01	2,63	10,29	0,18	1,40			
	Paradicsomos káposzta bölcsi*	625,63	149,67	4,36	4,28	0,46	22,81	5,09	0,78			
U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96			





2024. 12. 13	00471	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
			Összesen:	3 734,30	887,49	29,95	28,34	6,88	126,27	12,28	4,47	
2024. 12. 14. szombat	(00471) 1-3 év tejmentes	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			Párizsi sertés	98,23	23,50	1,00	2,11	0,72	0,22	0,05	0,20	
			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	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		E	Frankfurti leves bölcsei*TM	449,48	107,53	4,23	6,93	1,32	6,90	0,00	1,34	
			Almás rakott tészta*B TM	1 392,78	333,20	4,09	7,08	0,79	62,52	12,48	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	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:	4 279,54	1 023,81	26,32	32,21	7,13	153,30	19,11	3,87			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

