



Tételes étlap 2024.12.16. - 2024.12.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 12. 16. 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			
	EUROFOOD baromfifrém 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			
	E Húsos bablevés (pulyka) O*TM	1 867,41	446,75	28,06	12,27	2,24	55,37	0,00	1,96			
	Darás metélt Ovi* T.T.M.	1 674,88	400,69	3,41	4,38	0,42	86,40	22,45	0,40			
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	U Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44			
	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:		6 421,71	1 536,29	50,54	36,07	8,43	248,04	51,38	4,74		





2024. 12. 17.

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		
	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		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
E	Zöldborsóleves O* T.M.	339,24	81,16	2,61	3,89	0,43	8,79	0,00	1,26		
	Marokkói csirkeragu O*	574,62	54,36	14,10	6,22	1,13	5,64	0,00	0,31		
	Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,51		
U	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		
	Összesen:	4 467,17	985,58	39,00	40,68	10,83	132,48	19,66	5,17		





2024. 12. 18. szerda (00705)		Tej-tojás-marha-hal-f.mogyoróm.4-6											
2024. 12. 18. szerda (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		
			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		
		E	Fokhagyma krémleves O*TM	204,29	48,87	0,90	2,90	0,34	4,73	0,20	0,15		
			Tarhonyáshús (sertés) O*T.T.M.	1 780,77	426,02	13,89	20,99	5,94	44,38	0,00	0,76		
			Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
		U	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		
			Összesen:	4 479,14	1 071,55	28,05	36,15	9,60	154,79	35,88	4,04		
2024. 12. 19. 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		
			Harcapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
			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	Csontleves ovi*tojásm.	171,62	41,06	1,69	1,05	0,14	6,21	0,00	0,85		
			Bazsalikomos csirkemáj ovi	407,76	97,55	12,03	4,56	1,14	2,02	0,00	0,59		





2024. 12. 19. csütörtök		2024. 12. 20. péntek									
E	Színes zöldséges rizs O*	1 057,90	253,09	5,20	6,66	0,76	42,63	0,00	0,60		
	U	Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	Összesen:	3 830,30	912,43	26,80	23,99	3,39	143,49	22,02	4,78		
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	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	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	 	
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Gulyásleves O*	683,12	163,43	6,80	10,12	2,89	10,87	0,00	0,50	
		Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,98	0,03	
	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	
Összesen:	4 584,11	1 096,67	27,61	41,41	11,45	149,95	35,82	3,24			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

