



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 03. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	 	
	E Mustáros pulykaragu leves I*TM	3 045,69	728,63	24,79	59,09	31,21	23,39	0,00	1,25	 	
	Tejberizs I* T.M.	1 855,27	443,84	6,58	5,13	1,25	91,18	42,01	0,21	 	
	Vegyes gyüm.márt. I* T.M.	766,04	183,26	3,66	0,92	0,01	38,79	14,99	0,02		
	U Sós pálcika gluténmentes	724,18	173,25	0,90	4,50	0,32	31,50	3,24	1,67		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	8 343,86	1 996,13	46,42	93,37	41,08	229,91	61,09	4,94		





2025. 02. 04.

kedd

(00549)

Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

T	Harcsapástétom 130g	453,37	108,46	0,00	9,88	1,33	1,92	0,08	0,49			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	E	Csirkebecsinált leves I* T.M.	743,59	177,89	13,85	9,84	1,53	8,16	0,00	1,18		
		Grill virsli I* diéta	1 109,69	265,48	12,50	23,71	8,08	0,20	0,00	2,50		
		Parajfőzelék suli* T.M.	775,78	185,59	5,94	8,80	0,94	20,44	3,20	0,88		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	U	Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
		Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:		5 917,95	1 415,78	54,74	69,53	16,70	135,41	5,68	8,41		





2025. 02. 05. szerda (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év											
T	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E Reszelttésztales I*	436,88	104,52	3,44	4,08	0,46	13,45	0,04	1,89		
	Zöldborsós pulyka ragu I*TM.	1 018,11	243,57	19,02	15,19	3,35	7,34	0,00	0,93		
	Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	0,80		
U	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
Összesen:		5 829,90	1 394,73	42,45	55,45	14,10	176,75	2,14	6,75		
2025. 02. 06. csütörtök (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év											
T	Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	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		
E	Magyaros gombaleves I*TM	637,04	152,40	4,99	9,55	1,04	12,32	0,18	1,44		
	Gyros fűsz. csirke hús I*	737,57	176,45	23,15	8,50	1,12	1,63	0,00	0,57		
	Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89		
	Trópusi befőtt	294,48	70,45	0,38	0,11	0,00	16,62	9,92	0,01		





2025. 02. 06	00549	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
			Összesen:	4 980,88	1 185,72	45,42	57,83	19,95	122,10	16,07	4,59	
2025. 02. 07. péntek	(00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év	T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
		E	Fokhagyma krémleves I*TM	323,78	77,46	1,32	4,85	0,58	7,04	0,32	0,98	
			Csikós tokány isk*TM	1 351,58	323,35	15,46	26,94	7,66	5,40	0,18	2,06	
			Tészta köret Farfalle I*	1 416,19	338,80	13,60	6,78	1,05	55,43	0,00	1,35	
			Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43	
		U	Abonett 100g	723,14	173,00	7,50	1,65	0,30	30,00	0,55	0,41	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		Összesen:	5 682,76	1 359,52	49,45	58,35	14,28	155,00	6,30	6,29		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

