



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 03. hétfő (00547) Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év	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		
	E Mustáros pulykaragu leves O*TM	2 102,83	503,07	17,77	40,32	21,00	16,57	0,00	0,91		
	Tejberizs O* T.M.	1 043,39	249,62	3,52	3,41	0,64	50,91	15,98	0,03		
	Vegyes gyüm.márt. ovi*T.M.	559,75	133,91	2,71	0,74	0,01	28,04	9,99	0,02		
	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:	6 099,29	1 459,16	34,07	61,70	25,37	186,98	48,20	4,00	





2025. 02. 04.

kedd

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Karamellás tej O* T.M.	517,13	123,72	0,72	1,91	0,24	25,77	17,98	0,00			
	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			
	E	Csirkebecsinált leves O*diéta	472,20	112,97	9,19	5,60	0,98	6,23	0,00	0,94		
		Grill virsli O* diéta	700,25	167,52	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63		
		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	Harcapástétom 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		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	Összesen:		4 839,81	1 157,85	39,99	48,90	11,72	133,47	22,02	6,46		





2025. 02. 05.

szerda

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Kókusztej	1 648,00	0,00	4,04	42,66	37,83	5,62	0,00	0,07		
	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		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E	Reszelttésztales O* G.T.M.	317,37	75,93	1,38	2,73	0,30	11,10	0,04	1,22	
		Zöldborsós pulyka ragu O*TM.	713,72	170,75	14,04	10,45	2,41	4,89	0,00	0,89	
		Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,60	
	U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
Összesen:		6 162,64	1 080,07	35,58	84,66	48,59	146,68	1,87	5,34		





2025. 02. 06.
csütörtök

(00547)
Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00	
	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	
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
E	Magyaros gombaleves O*TM	476,64	114,03	3,73	7,16	0,78	9,19	0,14	1,08	
	Gyros fűsz. csirke hús O*	576,24	137,86	18,60	6,42	0,85	1,25	0,00	0,44	
	Burgonyapüré O* T.M.	894,81	214,07	4,51	3,81	0,89	39,54	2,80	0,75	
	Trópusi befőtt	220,86	52,84	0,28	0,08	0,00	12,47	7,44	0,01	
U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11	
	Összesen:	4 334,83	1 033,12	37,18	44,72	16,97	121,21	31,08	3,71	





2025. 02. 07.

péntek

(00547)

Tej-toj.-marhahús-mogyoróm. 4-6 év

T	Tejeskávé ovi T.M.	435,98	104,30	0,74	1,91	0,24	20,93	12,99	0,00			
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52			
	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		
		Csikós tokány ovi*TM	1 003,39	240,05	11,46	20,18	5,74	3,55	0,12	1,38		
		Tészta köret Farfalle O*G.M.	873,10	208,87	0,96	3,20	0,32	43,80	0,00	0,49		
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
	U	Abonett 100g	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	Összesen:		4 667,53	1 116,62	32,17	41,41	10,03	149,86	18,58	4,12		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

