



Tételes étlap 2025.02.10. - 2025.02.16.

| 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. 10. hétfő (00549) Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év | T 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 | | |
| | Uborka(kígyó) | 14,74 | 3,53 | 0,30 | 0,03 | 0,00 | 0,51 | 0,00 | 0,01 | | |
| | E Sárgaborsó leves sertés I*TM | 1 169,48 | 279,78 | 18,68 | 12,08 | 2,39 | 23,69 | 0,00 | 1,04 | | |
| | Darás metélt I* | 1 920,63 | 459,48 | 13,70 | 8,29 | 1,07 | 81,98 | 5,99 | 0,93 | | |
| | Barackíz | 241,66 | 57,81 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 14,26 | 12,46 | 0,00 | | |
| | Alma | 218,12 | 52,18 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,02 | | |
| | U 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 | | |
| | Összesen: | 6 191,95 | 1 481,33 | 53,89 | 49,30 | 12,50 | 201,30 | 20,05 | 4,88 | | |





| 2025. 02. 11. kedd | | Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év (00549) | | | | | | | | | |
|-------------------------|--------------------------------|---|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|
| 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 | Zöldségleves suli*tej-tojás m. | 379,68 | 90,83 | 2,57 | 4,07 | 0,43 | 10,67 | 0,00 | 1,33 | |
| | | Kakukkfűves Csirkemell I.TM | 975,18 | 233,30 | 37,07 | 8,94 | 1,22 | 0,89 | 0,00 | 1,27 | |
| | | Zöldborsófőzelék suli* T.M. | 1 161,62 | 277,90 | 14,45 | 6,80 | 0,68 | 39,01 | 3,60 | 0,82 | |
| | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,77 | |
| | 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: | | 5 978,18 | 1 430,19 | 76,56 | 44,56 | 11,08 | 169,86 | 22,15 | 6,73 | |
| 2025. 02. 12. szerda | | Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év (00549) | | | | | | | | | |
| T | 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 | Tavaszi leves I* diéta | 372,56 | 89,13 | 2,63 | 5,02 | 0,54 | 8,27 | 0,05 | 1,12 | | |
| | Olaszos pulykal* T.M. | 953,88 | 224,91 | 17,22 | 15,17 | 3,36 | 5,40 | 0,40 | 1,22 | | |
| | Párolt rizs suli*diéta | 1 509,03 | 361,01 | 6,40 | 9,52 | 1,10 | 62,00 | 0,00 | 0,80 | | |
| U | Gluténmentes ostya (kg) | 875,71 | 209,50 | 0,75 | 4,30 | 1,68 | 41,70 | 1,25 | 1,20 | | |





| 2025. 02. 12 | 00549 | U | Alma | 218,12 | 52,18 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,02 | |
|----------------------------|---|---|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|
| | | | Összesen: | 5 211,91 | 1 237,70 | 34,25 | 49,51 | 10,71 | 163,12 | 2,45 | 5,33 | |
| 2025. 02. 13. 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 | |
| | | E | Csontleves tésztával isk* diét | 518,44 | 124,03 | 5,78 | 6,83 | 1,69 | 9,76 | 0,00 | 0,97 | |
| | | | Sertés aprópecsenye I*diéta | 1 186,90 | 283,95 | 14,48 | 23,84 | 7,34 | 2,53 | 0,00 | 1,36 | |
| | | | Zöldbabfőzelék I*T.M. | 749,77 | 179,37 | 6,86 | 6,27 | 0,63 | 23,36 | 0,00 | 0,80 | |
| | | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,77 | |
| | | | Banán | 658,16 | 157,45 | 1,95 | 0,15 | 0,00 | 36,30 | 0,00 | 0,08 | |
| | | U | Minizsem 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 | |
| | | | Összesen: | 6 394,05 | 1 529,68 | 50,96 | 59,85 | 16,31 | 191,63 | 15,98 | 6,33 | |





2025. 02. 14.

péntek

(00549)
Tej-olajosmag-citrusmentes 7-14 év

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|--------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|------|------|--|--|
| T | Zala felvágott | 273,37 | 65,40 | 3,90 | 5,40 | 2,22 | 0,33 | 0,15 | 0,66 | | |
| | 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 | Csurgatott tojás leves suli*TM | 445,66 | 106,61 | 3,42 | 7,36 | 1,10 | 6,55 | 0,00 | 1,24 | | |
| | Natúr sertés falatok I* | 929,15 | 222,29 | 17,88 | 13,99 | 3,16 | 5,96 | 0,00 | 0,66 | | |
| | Hagymás burgonya isk | 1 215,18 | 290,71 | 6,43 | 6,08 | 0,70 | 51,25 | 0,00 | 1,01 | | |
| | Párolt káposzta I* | 382,46 | 91,50 | 1,51 | 5,76 | 0,66 | 8,18 | 3,00 | 0,61 | | |
| U | Kókuszgurt 120g | 520,00 | 124,40 | 1,45 | 11,64 | 9,93 | 5,28 | 1,87 | 0,11 | | |
| | Sós pálcika gluténmentes | 724,18 | 173,25 | 0,90 | 4,50 | 0,32 | 31,50 | 3,24 | 1,67 | | |
| Összesen: | | 5 786,74 | 1 384,39 | 42,08 | 69,63 | 22,13 | 145,21 | 9,01 | 6,93 | | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

