



Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

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. 17. hétfő (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T 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		
	E Tarhonyaleves isk*T.T.M.	351,11	84,00	2,25	0,42	0,04	17,88	0,08	1,87		
	Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	U Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Puffasztott rizs	806,74	193,00	4,10	1,05	0,25	41,20	0,30	0,00		
	Összesen:	5 887,36	1 384,37	46,72	50,09	13,20	188,49	2,03	9,29		
2025. 02. 18. kedd (00521) Tej-és tojás- 7-14 év	T Sajt helyettesítő, szeletelt (	366,17	87,60	0,15	6,90	4,80	6,30	0,00	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 Jókai bableves I* G.T.M.	1 552,61	371,44	17,30	19,30	5,44	31,51	0,11	3,13		
	Gránátos kocka isk* G.M.	1 823,97	436,36	4,21	10,12	1,08	81,18	0,00	0,80		
	Vegyes vágott savanyúság	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		





2025. 02. 18.		2025. 02. 19.		2025. 02. 20.							
18.		szerda		csütörtök							
(00521) Tej-és tojás-7-14 év		(00521) Tej-és tojás-7-14 év		(00521) Tej-és tojás-7-14 év							
<b>U</b>	Gluténmentes ostya (kg)	875,71	209,50	0,75	4,30	1,68	41,70	1,25	1,20		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
	<b>Összesen:</b>	<b>6 353,43</b>	<b>1 519,97</b>	<b>30,18</b>	<b>56,19</b>	<b>17,03</b>	<b>219,26</b>	<b>12,11</b>	<b>7,43</b>		
<b>T</b>	Szendicskrém, vegán (diétás)	307,23	73,50	0,30	7,20	6,30	1,92	0,00	0,42		
	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		
<b>E</b>	Fahéjas Szilvaleves I* T.M.	518,89	124,14	1,89	0,10	0,00	27,96	11,99	0,26		
	Pulykarizseshús I*	2 120,72	507,35	26,74	15,51	3,39	64,45	0,00	2,12		
<b>U</b>	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	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		
	<b>Összesen:</b>	<b>5 091,70</b>	<b>1 212,24</b>	<b>45,43</b>	<b>40,02</b>	<b>14,43</b>	<b>164,63</b>	<b>13,88</b>	<b>5,20</b>		
<b>T</b>	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		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
<b>E</b>	Karalábéleves (piros) I*	384,79	92,06	2,30	4,69	0,52	9,94	0,00	0,92		





2025. 02. 20. csütörtök (00521) Tej-és tojás- 7-14 év											
E	Sertés pörkölt I*	1 168,79	279,62	14,57	23,62	6,97	3,61	0,30	1,36		
	Tökfőzelék I* T.M.	630,90	90,21	4,27	4,09	0,42	23,82	0,80	1,05		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	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:		6 192,98	1 420,87	47,87	78,65	22,17	142,91	3,60	7,54		
2025. 02. 21. péntek (00521) Tej-és tojás- 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		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
E	Zöldségleves suli*tej-tojás m.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
	Sült hal isk	848,29	202,94	20,31	9,39	1,65	8,36	0,05	1,11		
	Zelleres Burgonyap. I*G.T.M.	1 137,50	272,13	5,91	5,64	1,36	48,10	2,40	1,53		
U Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11			
Összesen:		4 435,15	1 061,04	40,79	50,98	19,62	107,75	5,22	5,75		





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

