



Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 17. hétfő (00471) 1-3 év tejmentes	R Fahéjas karamellás tej B. TM	518,66	124,08	0,72	1,91	0,24	25,85	17,98	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Banán	263,26	62,98	0,78	0,06	0,00	14,52	0,00	0,03		
	E Zöldséges bulgur p.hússal *B	1 202,81	287,75	18,33	12,75	5,23	26,34	0,00	0,59		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	79,61	19,05	0,39	0,03	0,00	4,17	2,40	0,37		
	U Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	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			
Összesen:	5 382,50	986,10	38,39	63,02	38,32	145,48	21,98	3,34			
2025. 02. 18. kedd (00471) 1-3 év tejmentes	R Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
	Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2025. 02. 18. kedd (00471) 1-3 év tejmentes		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		E	Sertés aprópecsenye B* TM	467,41	111,82	10,78	6,89	1,76	1,54	0,00	1,03	
			Tökfőzelék mir. bölcsiT.M.	491,93	117,69	2,68	3,95	0,42	17,53	3,00	0,53	
		U	Húskrém csirke bölcsiT.M.	329,16	78,75	4,17	6,69	1,51	0,38	0,00	0,99	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27	
			Összesen:	4 683,47	824,75	34,21	58,41	34,42	116,03	16,96	4,52	
2025. 02. 19. szerda (00471) 1-3 év tejmentes		R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	
			Liga margarin tejmentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			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	
		T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		E	Sertés aprópecs,csíki bölcsí	524,14	125,39	10,84	8,82	1,97	0,95	0,08	0,37	
			Sárgarépa-főzelék(friss) B. T.M	612,09	146,43	3,46	4,58	0,53	22,33	2,00	0,91	
		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:	3 857,33	922,80	26,64	41,29	16,36	110,13	13,04	4,41	





2025. 02. 20. csütörtök (00471) 1-3 év tejszentes												
2025. 02. 20. csütörtök (00471) 1-3 év tejszentes	R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
		Szendicskrém, vegán (diétás)	204,82	49,00	0,20	4,80	4,20	1,28	0,00	0,28		
		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		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E	Csirke raguleves B TM.	350,91	83,95	9,23	3,39	0,42	3,94	0,00	1,09		
		Köleskása mákkal B*TM	1 247,47	298,44	13,50	7,71	4,14	43,45	11,43	0,22		
	U	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
		Liga margarin tejszentes 20% zs	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	5 008,89	902,61	41,58	57,95	39,81	129,50	13,19	3,74			
2025. 02. 21. péntek (00471) 1-3 év tejszentes	R	Kókusztej	1 236,00	0,00	3,03	32,00	28,37	4,22	0,00	0,05		
		Tojáskrém B* T.M.	272,72	65,24	2,20	6,14	1,64	0,22	0,00	0,42		
		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		
	T	Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00		





2025. 02. 21. péntek (00471) 1-3 év tejmentes	E	Natúr sertéskaraj bölcsi	550,13	131,61	11,23	7,82	1,87	3,92	0,00	0,71		
		Tört burgonya bölcsi*	470,34	112,52	3,00	0,24	0,03	24,00	0,00	0,26		
		Párolt káposztaB*	220,43	52,73	1,90	1,19	0,14	8,23	1,50	0,04		
	U	Minidzsem 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:		4 837,26	861,54	35,24	49,37	32,52	143,42	16,58	3,03		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

