



Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 17. hétfő (00533) Törökgyógyó mentes 4-6 év	T Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	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 Tarhonyaleves O*	387,45	92,69	2,65	3,36	0,38	12,92	0,05	0,67		
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	U Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Puffasztott rizs	645,39	154,40	3,28	0,84	0,20	32,96	0,24	0,00		
		Összesen:	4 825,13	1 141,19	36,30	38,67	10,03	161,89	19,50	6,39	





2025. 02. 18. kedd (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év											
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Kukoricapehely (corn flakes)	326,04	78,00	1,50	0,62	0,22	16,40	1,84	0,38		
E	Bableves virslikarikával ovi*	682,48	163,27	7,90	6,08	1,27	19,14	0,01	0,96		
	Gránátos kocka O*	1 608,82	384,88	11,40	9,69	1,24	62,23	0,00	0,98		
	Vegyes vágott savanyúság	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
U	Gluténmentes ostya (kg)	700,57	167,60	0,60	3,44	1,34	33,36	1,00	0,96		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	192,28	46,00	0,00	0,00	0,00	11,00	10,00	0,00		
	Összesen:	4 109,29	983,08	29,26	23,35	5,70	161,77	12,85	4,09		
2025. 02. 19. szerda (00533) Törökgyoró mentes 4-6 év											
T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00		
	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		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
E	Fahéjas Szilvaleves O* T.M.	410,13	98,12	0,60	0,04	0,00	23,26	10,02	0,20		
	Pulykarizseshús O*	1 518,58	363,30	19,21	11,59	2,54	45,02	0,00	1,88		
U	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		





2025. 02. 20. csütörtök (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	2025. 02. 19. (00533)												
	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Összesen:	4 402,39	1 053,20	35,23	29,61	10,38	157,59	29,76	4,49			
	T	Citromos tea ovi	308,21	73,73	0,09	0,02	0,00	18,11	17,98	0,00			
		Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90			
		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	Karalábéleves (piros) O*	288,60	69,04	1,72	3,52	0,39	7,45	0,00	0,69			
		Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07			
		Tökfőzelék O* T.M.	435,43	58,63	2,82	3,04	0,32	16,07	0,80	0,83			
		Zsemle	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	U	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			
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
			Összesen:	5 117,42	1 178,71	37,79	59,65	17,24	131,63	21,09	6,12		





2025. 02. 21. péntek (00533) Törökmogyoró mentes 4-6 év	T	Kakaó 0,2l (Pöttyös)	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23		
		Tojáskrém O*T.M.	424,31	101,51	1,51	10,41	2,80	0,32	0,00	0,47		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Zöldségleves ovi*tej, tojás	324,37	77,60	1,90	3,90	0,42	8,45	0,00	1,06		
		Sült hal ovi	768,29	183,80	16,29	9,05	1,50	8,36	0,05	0,89		
		Zelleres Burgonyap. ovi*G.T.M.	1 035,39	247,70	5,38	5,14	1,25	43,77	2,00	1,61		
	U	Kókuszgurt 120g	520,00	124,40	1,45	11,64	9,93	5,28	1,87	0,11		
		Összesen:	4 349,80	1 040,61	40,02	41,97	16,67	123,69	16,87	5,17		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

