



Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 22. hétfő (00525) Tejmentes 7-14 év	T Párizsi baromfi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68		
	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 Gulyásleves marhahússal I*D.	1 008,11	241,18	12,84	11,19	1,15	16,14	0,08	1,39		
	Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U 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		
	Összesen:	6 203,68	1 484,14	47,19	60,56	14,56	177,71	7,72	5,62		
2024. 04. 23. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év	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		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Csorba leves I*TM	1 268,23	303,40	12,30	22,62	6,19	12,20	0,00	3,01		
	Sertés pörkölt I*	1 168,79	279,62	14,57	23,62	6,97	3,61	0,30	1,36		





2024. 04. 23. kedd (00525) Tejmentes 7-14 év												
E	Burgonya főzelék I* T.M.	1 246,68	298,25	6,68	7,96	0,90	48,87	0,00	1,50			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	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:		7 170,88	1 709,65	56,40	79,04	22,81	184,80	16,23	9,19		
2024. 04. 24. szerda (00525) Tejmentes 7-14 év	T	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		
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E	Zöldségleves sulitej- tojásm.	379,68	90,83	2,57	4,07	0,43	10,67	0,00	1,33		
		Pikáns csirkemell I*	1 106,52	238,43	22,59	7,19	0,69	26,47	13,00	4,55		
		Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	1,00		
	U	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		
		Összesen:		6 156,30	1 446,52	52,19	63,38	15,92	169,46	14,75	10,36	





2024. 04. 25. csütörtök												
2024. 04. 26. péntek												
2024. 04. 25. csütörtök	Tejmentes 7-14 év (00525)	T	EUROFOUD májkrém sertés 50 gr	689,70	165,00	4,45	16,10	6,10	0,60	0,00	0,75	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Újhagyma	1,62	0,39	0,02	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	
		E	Tárkonyos zöldség leves I*T.M.	446,20	106,75	1,97	6,32	0,71	10,20	0,62	1,83	
			Fokhagymás aprópecsenye I*	1 257,90	300,93	14,14	26,55	7,66	0,98	0,00	1,12	
			Lencsefőzelék I*T.M.	1 605,48	384,09	22,79	7,41	0,63	56,08	3,50	1,06	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		U	Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78	
			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:	6 817,92	1 631,09	67,71	73,05	19,65	171,08	6,49	8,05			
2024. 04. 26. péntek	Tejmentes 7-14 év (00525)	T	Csicseriborsókrém I*	527,78	3,62	8,00	1,56	0,22	19,91	0,00	1,21	
			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	Karalábéleves sulis*T.M.	452,16	108,17	2,57	5,82	0,65	11,12	0,00	0,93	
			Vadas pulyka csíkok I* T.M.	1 091,52	261,13	18,99	11,79	2,95	19,33	5,00	1,86	
			Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,79	
		U	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	





2024. 04. 26	(00525 ,	U	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:				5 209,15	1 123,56	54,44	25,92	5,05	195,23	22,70	6,33		



.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

