



Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 05. 12. hétfő	(00033) Lisztmentes felsős T-E-U	T	Kakaó 11-14év	754,46	180,49	6,99	3,22	1,76	30,69	19,98	0,27		
			Zalaikrém házi* 8	696,19	29,31	9,19	13,94	5,49	0,86	0,00	1,40		
			Gluténmentes kenyér	769,96	184,20	1,20	0,30	0,03	42,00	3,00	0,04		
		E	Reszelttésztalesves *4-6év	1 340,74	320,74	10,16	9,19	1,38	45,87	0,00	4,56		
			Zöldborsófőzelék LÉ.	1 260,37	301,52	7,48	17,17	2,16	28,75	2,80	1,09		
			Vagdalt LÉ*	957,28	229,01	11,41	17,36	5,31	6,48	0,00	1,51		
		U	Baromfimájkrém 65g	1 093,30	261,56	17,48	17,04	5,08	8,52	0,00	1,26		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Gluténmentes kenyér	769,96	184,20	1,20	0,30	0,03	42,00	3,00	0,04		
			Összesen:	7 787,67	1 725,82	65,51	78,92	21,24	212,17	28,78	10,18		
2025. 05. 13. kedd	(00033) Lisztmentes felsős T-E-U	T	Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Csirkemell sonka	217,36	52,00	8,88	0,56	0,21	0,08	0,00	0,92		
			Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Gluténmentes kenyér	769,96	184,20	1,20	0,30	0,03	42,00	3,00	0,04		
		E	Tárk. pulykaraguleves *LM	827,07	197,86	13,63	11,50	3,55	9,55	0,00	1,43		
			Sajtos metélt LÉ *	804,30	117,38	6,16	17,85	6,79	1,53	0,00	7,30		





2025. 05. 13. kedd		(00033) Lisztmentes felsős T-E-U		E	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
				U	Diák csemege *	739,54	176,92	7,00	16,40	6,29	0,12	0,00	2,00	  	
					Reggeli margarin	796,82	0,00	0,06	21,00	5,70	0,12	0,00	0,30		
					Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
					Gluténmentes kenyér	513,30	122,80	0,80	0,20	0,02	28,00	2,00	0,03		
					Összesen:	5 750,70	983,01	44,97	85,21	28,02	99,08	5,00	12,50		
2025. 05. 14. szerda		(00033) Lisztmentes felsős T-E-U		T	Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
					Pástétom 30g *	329,11	78,73	4,14	6,60	2,44	0,60	0,00	0,84	  	
					Gluténmentes kenyér	641,63	153,50	1,00	0,25	0,03	35,00	2,50	0,03		
				E	Zöldségleves LÉ.	177,94	42,56	0,58	3,36	0,37	2,03	0,00	2,89	 	
					Pirított csirkemáj 11-14év	1 497,35	358,22	40,83	16,81	3,96	10,45	0,00	1,83		
					Párolt rizsköret 11-14év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89	 	
					Savanyú uborka *	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
				U	Sonka krém 11-14év	510,83	122,21	14,17	5,25	2,25	4,43	0,00	0,00	  	
					Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
					Gluténmentes kenyér	513,30	122,80	0,80	0,20	0,02	28,00	2,00	0,03		
					Összesen:	5 817,40	1 391,71	76,77	42,34	11,50	170,68	4,50	9,22		





2025. 05. 15. csütörtök (00033) Lisztmentes felsős T-E-U												
T	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
	Minijam 30.g *	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	16,20	0,02			
	Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Gluténmentes kenyér	641,63	153,50	1,00	0,25	0,03	35,00	2,50	0,03			
	E Vegyes gyüm.levesmir. LÉ *	752,57	180,04	2,35	3,22	1,55	34,74	15,94	0,71			
	Rántott hal LÉ *	1 472,75	352,33	1,72	33,24	3,89	11,15	0,00	2,77			
	Tört burgonya 11-14év	1 655,46	332,50	8,77	7,70	1,97	64,44	0,00	1,61			
	Tartármártás*11-14év	1 317,04	315,08	1,27	32,16	5,61	4,76	3,00	1,59			
	U Sajtkrém tömlős	632,52	151,32	2,20	15,40	9,16	0,80	0,00	0,47			
	Paradicsom *	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01			
	Gluténmentes kenyér	641,63	153,50	1,00	0,25	0,03	35,00	2,50	0,03			
	Összesen:	8 159,34	1 761,36	19,77	106,42	26,06	214,33	50,13	7,44			
2025. 05. 16. péntek (00033) Lisztmentes felsős T-E-U												
T	Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Gépsonka,orsi sonka *	261,91	62,66	9,04	2,84	0,97	0,16	0,00	0,45			
	Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			





2025. 05. 16. péntek (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	T	Gluténmentes kenyér	641,63	153,50	1,00	0,25	0,03	35,00	2,50	0,03		
	E	Paradicsom leves LÉ.	746,07	173,17	2,71	6,99	0,75	25,93	10,49	1,65	 	
		Majorannás sertés tokány LÉ.	1 165,08	278,73	12,68	23,28	6,71	4,28	0,00	2,18		
		Párolt rizsköret 11-14év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89	 	
	U	Kenőmájas *	527,69	126,24	6,36	11,08	5,07	0,12	0,00	1,10	    	
		Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Gluténmentes kenyér	641,63	153,50	1,00	0,25	0,03	35,00	2,50	0,03		
		Összesen:	6 773,36	1 488,02	48,12	68,90	19,79	196,18	15,49	7,81		

Kukla Imréné
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

