




Tételes étlap 2024.09.16. - 2024.09.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 16. hétfő (00035) Lisztmentes iskolás	T Gyümölcs joghurt db.	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
	Kifli 100g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76		
	E Csontleves LM *4-6év	1 033,02	221,43	10,65	3,87	0,36	41,72	0,00	4,20		
	Zöldborsós pulykaragu 7-10év	2 646,25	633,08	48,56	38,06	8,42	23,09	0,00	0,36		
	Tészta köret (klf.) 100 g LÉ.	881,21	20,98	3,00	3,32	0,45	41,50	0,00	4,98		
	U Trappista sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
	Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Jégcsapretek *	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
	Zsemle 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	6 813,66	1 287,45	82,30	76,11	23,01	150,65	12,99	11,78		
2024. 09. 17. kedd (00035) Lisztmentes iskolás	T Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Kolbászos batyu gyerek 7-10év	367,67	0,00	4,65	7,62	2,88	0,09	0,00	0,84		
	E Májgaluska leves LÉ*	439,33	105,10	6,76	3,66	0,61	10,96	0,00	2,71		
	Burgonyás tészta LÉ *	692,60	165,69	3,28	4,91	0,55	24,02	0,00	1,00		
	Narancs *	86,55	20,71	0,30	0,10	0,00	4,25	0,00	0,00		
	U Snidlinges sajtkrém 7-10év	320,90	76,77	2,76	1,52	0,00	23,26	0,00	0,49		





2024. 09. 17.		(00035)		Lisztmentes											
U	Kenyér 0,75kg	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,40	0,00	0,81	 					
	Uborka*	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01						
	Összesen:	2 550,00	522,08	22,68	18,27	4,16	94,82	9,99	5,86						
2024. 09. 18. szerda		(00035)		Lisztmentes iskolás											
T	Kakaós csiga sajt 7-10év	558,84	133,69	2,46	1,40	0,82	27,65	19,98	0,01						
	Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27						
E	Zöldbableves LÉ *mir*	452,03	108,14	2,33	4,99	1,35	13,16	1,00	1,70	  					
	Rizseshús*7-10év	2 833,53	677,88	25,83	27,96	8,99	79,91	0,00	1,66						
	Savanyú uborka *	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20						
U	Olasz felvágott *	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	  					
	Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
	Kenyér 0,75kg	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,40	0,00	0,81	 					
	Összesen:	5 808,71	1 262,55	47,24	64,04	21,29	154,22	20,98	7,53						
2024. 09. 19. csütörtök		(00035)		Lisztmentes iskolás											
T	Pudingos rácsos péksüti 7-10év	1 389,34	287,10	9,09	1,01	0,43	71,78	29,13	1,43	 					
	Kakaó 7-10év	754,46	180,49	6,99	3,22	1,76	30,69	19,98	0,27	 					
E	Gyöngybableves LÉ	658,70	155,68	5,58	6,95	1,58	17,93	0,00	0,74	 					
	Párisi sertés szelet LÉ. *	1 047,78	250,66	12,00	18,75	3,23	8,17	0,00	2,09						
	Burgonya petr. * 7-10év	1 623,18	388,32	8,02	11,16	2,91	56,38	0,00	2,26	  					
U	Kockasajt 8 db-os *	31,48	0,00	0,42	0,63	0,37	0,05	0,00	0,07	 					





2024. 09. 19.												
2024. 09. 20. péntek												
Lisztmentes	U	Korpás kifli	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76		
		Jégcsapretek *	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
		Összesen:	6 066,25	1 396,54	48,25	44,36	11,77	206,33	49,11	7,68		
Lisztmentes iskolás	T	Pizzásrúd 7-10év	2 239,67	500,08	10,05	38,47	11,29	36,72	0,00	5,77		
		Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	E	Zöldborsóleves LÉ.*	494,25	118,24	4,40	5,25	0,59	12,84	0,00	1,54		
		Spenótos tejsz. tészta lisztQ	1 370,51	292,14	10,46	16,97	4,58	32,94	0,00	2,47		
		Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	U	Csirkemell sonka	217,39	0,00	8,88	0,56	0,21	2,80	0,00	0,92		
		Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	409,99	0,00	3,58	0,55	0,04	19,59	0,00	0,41		
		Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	5 989,63	1 084,29	45,41	81,60	22,14	127,17	4,00	11,58		

Fodor Mihály

Szabó Orsolya

Nagy Mónika

.....

.....

.....

Élelmezési

Vezető

Gazdaságvezető

osztályvezető

dietetikus

