



Tételes étlap 2024.09.16. - 2024.09.22.

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. 09. 16. hétfő (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)	T Kifli 100g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76		
	Pulyka sonka*	138,60	0,00	5,10	0,84	0,27	1,26	0,00	0,63		
	Liga margarin tejmentes	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	E Csontleves *7-10év	374,97	66,34	4,03	2,12	0,11	13,14	0,00	2,87		
	Zöldborsós pulykaragu7-10év	2 646,25	633,08	48,56	38,06	8,42	23,09	0,00	0,36		
	Tészta köret (klf.) 7-10év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	1,97		
	U 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		
	Liga margarin tejmentes	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Zalai felvágott *	307,31	0,00	4,68	5,97	2,18	0,18	0,00	0,75		
	Összesen:	6 725,83	1 479,01	80,60	89,63	21,62	117,48	0,00	7,80		





2024. 09. 17. kedd		(00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)									
T	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Kolbász mix. szeletelt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Liga margarin tejmentes	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Kenyér 0,75kg	329,11	78,73	3,00	0,24	0,09	16,05	0,00	0,60	 	
	E	Májgaluska leves*7-10év	1 288,67	308,29	15,30	14,31	2,06	28,83	0,00	3,04	
		Burgonyás tészta*7-10év	2 439,36	297,82	16,57	7,31	0,76	106,44	0,00	1,59	
		Narancs *	86,55	20,71	0,30	0,10	0,00	4,25	0,00	0,00	
	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	
		Pástétom 30g *	329,11	78,73	4,14	6,60	2,44	0,60	0,00	0,84	
Összesen:		5 646,96	1 065,17	44,28	43,02	9,27	188,49	9,99	7,09		
2024. 09. 18. szerda		(00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)									
T	Gyümölcs tea 7-10év	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	12,27	0,02		
	Liga margarin tejmentes	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Magvas kenyér 0,5kg	413,29	98,87	4,32	1,71	0,39	16,42	0,00	0,59	 	
E	Zöldbaleves TM mir.*	360,81	86,32	2,65	3,03	0,37	11,82	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		





2024. 09. 18. szerda		2024. 09. 19. csütörtök								
(00037) Tejmentes ebéd- / ebéd-usi		(00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)								
U	Olasz felvágott *	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	  
	Kenyér 0,75kg	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,40	0,00	0,81	 
	Liga margarin tejmentes	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Összesen:	6 166,16	1 475,15	43,58	73,49	22,05	157,49	23,26	8,06	
T	Kenyér 0,75kg	329,11	78,74	3,00	0,24	0,09	16,05	0,00	0,61	 
	Pulyka sonka*	138,60	0,00	5,10	0,84	0,27	1,26	0,00	0,63	  
	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00	
E	Gyöngybableves TM x	623,43	149,15	6,19	5,16	0,62	19,29	0,00	0,77	 
	Rántott sertésszelet*7-10év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,00	2,06	 
	Burgonya petr. * 7-10év	1 623,18	388,32	8,02	11,16	2,91	56,38	0,00	2,26	  
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	
	Sonka szalámi	20,08	4,80	0,64	0,25	0,00	0,01	0,00	0,10	  
	Összesen:	6 398,99	1 497,71	52,25	74,62	13,32	153,59	9,99	7,25	





2024. 09. 20.

péntek

(00037)

Tejmentes alsós (ebéd-usi)

R	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Sonkakrém diéta x	669,82	127,09	5,14	14,84	4,08	1,34	0,00	0,84		
	Kenyér 0,75kg	329,11	78,73	3,00	0,24	0,09	16,05	0,00	0,60		
	E	Zöldborsóleves mir.*7-10év	861,17	206,02	7,56	10,24	1,15	19,94	0,00	2,75	
		Spenótos tejszínes penne TM	1 127,85	269,82	8,10	10,28	1,06	35,45	0,00	1,23	
		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	
		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	
		Liga margarin tejmentes	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
Összesen:		4 651,89	929,64	38,03	53,61	10,43	117,01	13,99	6,95		

Fodor Mihály

Szabó Orsolya

Nagy Mónika

Élelmezési

Vezető

Gazdaságvezető

osztályvezető

dietetikus

