



Tételes étlap 2025.04.14. - 2025.04.20.

| 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. 04. 14. hétfő (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 | | |
| | Gépsonka, orsi sonka * | 196,43 | 46,99 | 6,78 | 2,13 | 0,73 | 0,12 | 0,00 | 0,33 | | |
| | Liga margarin tejmentes | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | |
| | Félbarna kenyér | 540,54 | 129,32 | 4,90 | 0,50 | 0,00 | 26,15 | 0,00 | 1,00 | | |
| | E Csontleves *7-10év | 374,97 | 66,34 | 4,03 | 2,12 | 0,11 | 13,14 | 0,00 | 2,87 | | |
| | Párolt rizsköret 7-10év | 1 707,00 | 408,37 | 8,09 | 6,81 | 0,80 | 78,01 | 0,00 | 1,89 | | |
| | Pulyka ragu * | 728,34 | 174,24 | 13,10 | 11,38 | 2,52 | 4,61 | 0,00 | 0,99 | | |
| | U Teljes kiőrlésű kenyér 0,75 | 409,99 | 9 808,25 | 3,58 | 0,55 | 0,04 | 25,00 | 0,00 | 0,41 | | |
| | Alma * | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| | Kenőmájas * | 395,77 | 94,68 | 4,77 | 8,31 | 3,80 | 0,09 | 0,00 | 0,83 | | |
| | Összesen: | 5 214,14 | 10 934,20 | 46,22 | 46,30 | 11,80 | 164,36 | 9,99 | 8,53 | | |





2025. 04. 15.

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 | |
| | Magvas kenyér 0,5kg | 688,82 | 164,79 | 7,20 | 2,85 | 0,65 | 27,38 | 0,00 | 0,99 | |
| | Zalai felvágott * | 307,31 | 0,00 | 4,68 | 5,97 | 2,18 | 0,18 | 0,00 | 0,75 | |
| | Liga margarin tejmentes | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | |
| E | Burgonyaleves magyaros*7-10év | 1 189,92 | 284,67 | 6,10 | 9,81 | 1,16 | 39,02 | 0,00 | 1,95 | |
| | Narancs * | 173,11 | 41,41 | 0,60 | 0,20 | 0,00 | 8,50 | 0,00 | 0,01 | |
| | Rizskoch TM* | 1 144,52 | 273,81 | 7,09 | 3,86 | 1,00 | 52,34 | 14,99 | 0,70 | |
| | Minijam 30.g * | 284,27 | 68,01 | 0,39 | 0,00 | 0,00 | 16,20 | 16,20 | 0,02 | |
| U | Diák csemege * | 554,65 | 132,69 | 5,25 | 12,30 | 4,72 | 0,09 | 0,00 | 1,50 | |
| | Tv paprika | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| | Korpás kenyér 0,5 | 409,99 | 0,00 | 3,58 | 0,55 | 0,04 | 25,00 | 0,00 | 0,41 | |
| | Liga margarin tejmentes | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | |
| | Összesen: | 5 999,50 | 1 263,69 | 35,50 | 63,64 | 17,35 | 179,03 | 41,18 | 6,73 | |





| 2025. 04. 16. 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 | | | |
| | Pástétom 30g * | 329,11 | 78,73 | 4,14 | 6,60 | 2,44 | 0,60 | 0,00 | 0,84 | | | |
| | Teljes kiőrlésű kenyér 0,75 | 409,99 | 9 808,25 | 3,58 | 0,55 | 0,04 | 25,00 | 0,00 | 0,41 | | | |
| E | Tarhonyaleves 7-10év | 1 734,29 | 404,13 | 10,58 | 14,99 | 2,76 | 54,92 | 0,00 | 4,63 | | | |
| | Burgonya főzelék | 1 209,37 | 289,32 | 5,44 | 11,56 | 1,38 | 37,80 | 3,00 | 0,90 | | | |
| | Vagdalt * 7-10év | 1 912,19 | 457,46 | 21,27 | 22,25 | 7,33 | 38,46 | 0,00 | 3,32 | | | |
| U | Sonka krém tejQ | 387,09 | 92,60 | 8,21 | 5,55 | 1,57 | 2,34 | 0,00 | 0,06 | | | |
| | Kenyer 0,75kg | 548,52 | 131,23 | 5,00 | 0,40 | 0,15 | 26,75 | 0,00 | 1,01 | | | |
| | Alma * | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | Összesen: | 6 860,44 | 340,64 | 59,15 | 62,40 | 15,67 | 203,03 | 12,99 | 11,18 | | | |
| 2025. 04. 17. csütörtök (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 | 16,20 | 0,02 | | | |
| | Liga margarin tejmentes | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | | |
| | Félbarna kenyér | 540,54 | 129,32 | 4,90 | 0,50 | 0,00 | 26,15 | 0,00 | 1,00 | | | |
| E | Vegyes gyüm.levesmir.TM * | 512,67 | 122,64 | 2,01 | 0,22 | 0,06 | 27,61 | 14,72 | 0,59 | | | |
| | Rántott sertésszelet*7-10év | 2 918,81 | 698,28 | 22,62 | 54,23 | 7,94 | 29,11 | 0,00 | 2,06 | | | |
| | Rizi-bizi mir. 7-10é | 1 858,55 | 444,63 | 11,07 | 6,98 | 0,80 | 83,75 | 0,00 | 1,50 | | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|------------------|--------------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|--|
| 2025. 04. 17. csütörtök | (00037) Tejmentes csokoládés csücsü | U | Paradicsom * | 45,78 | 10,95 | 0,50 | 0,10 | 0,02 | 2,00 | 0,00 | 0,01 | |
| | | Zsemle 100g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| | | Párizsi krém TM. | 347,32 | 83,09 | 0,49 | 8,94 | 2,49 | 0,12 | 0,00 | 0,28 | | |
| | | Összesen: | 7 223,63 | 1 728,14 | 42,55 | 85,07 | 15,11 | 195,18 | 40,91 | 5,66 | | |

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

