



Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 05. 12. 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		
			Zalaikrém házi TM.	626,04	76,25	4,70	14,37	4,46	0,22	0,00	0,87		
			Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00		
		E	Zöldborsófőzelék tejQ 7-10év	1 780,12	404,98	10,82	24,35	2,83	40,13	5,99	1,50		
			Reszelttésztalesves *7-10év	1 117,29	267,29	8,47	7,66	1,15	38,23	0,00	3,80		
			Sült csibefasírt (Sütőben)7-10	1 208,33	287,86	11,00	23,71	0,42	0,20	0,00	2,56		
			Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00		
		U	Baromfimájkrém 65g	546,65	130,78	8,74	8,52	2,54	4,26	0,00	0,63		
			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		
			Összesen:	6 879,72	11 260,42	54,34	82,96	11,44	162,95	15,98	10,78		





2025. 05. 13. kedd (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)												
2025. 05. 13. 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		
		Csirkemell sonka	163,02	39,00	6,66	0,42	0,16	0,06	0,00	0,69		
		Liga margarin tejmentes	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Magvas kenyér 0,5kg	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,79		
	E	Tárk. pulykaraguleves *TM	602,37	144,10	11,68	7,48	1,85	7,19	0,00	1,23		
		Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Mákos nudli	1 197,01	286,36	5,66	9,16	2,05	44,65	27,42	0,36		
	U	Diák csemege *	739,54	176,92	7,00	16,40	6,29	0,12	0,00	2,00		
		Korpás kenyér 0,5	409,99	0,00	3,58	0,55	0,04	25,00	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	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Összesen:	5 055,30	1 111,31	41,35	64,79	18,51	116,24	37,41	5,89		
2025. 05. 14. 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		
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80		
	E	Zöldségleves mir.*7-10év	405,34	96,97	3,54	3,60	0,43	11,90	0,00	2,76		
		Pírtott csirkemáj 7-10év	1 497,35	358,22	40,83	16,81	3,96	10,45	0,00	1,83		
		Párolt rizsköret 7-10év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89		





2025. 05. 14. szerda											
(00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)											
E	Savanyú uborka *	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
	U Sonka krém tejQ	387,09	92,60	8,21	5,55	1,57	2,34	0,00	0,06		
	Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		
	Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	5 520,08	1 320,58	74,56	40,32	9,35	162,43	9,99	10,39		
2025. 05. 15. 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		
	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	327,99	7 846,60	2,86	0,44	0,03	20,00	0,00	0,33		
	E Vegyes gyüm.levesmir.TM *	512,67	122,64	2,01	0,22	0,06	27,61	14,72	0,59		
	Rántott hal 7-10év	1 098,90	262,89	10,27	10,41	0,53	30,26	0,00	0,00		
	Tört burgonya * 7-10év	1 655,46	332,50	8,77	7,70	1,97	64,44	0,00	1,61		
	Ketchup*	136,08	32,56	0,63	0,12	0,02	7,20	7,20	0,65		
	U Paradicsom *	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01		
	Magos zsemle, kifli	750,26	179,49	6,26	1,53	0,00	34,95	0,00	0,96		
Párizsi krém TM.	347,32	83,09	0,49	8,94	2,49	0,12	0,00	0,28			
Összesen:	5 874,42	9 109,95	32,75	43,56	8,92	213,02	48,11	4,65			





2025. 05. 16. péntek (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		
		Magvas kenyér 0,5kg	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,79	    	
	E	Paradicsom leves 7-10év	1 111,51	265,91	6,12	10,49	1,20	36,42	9,99	2,43	  	
		Majorannás sert. tokány* 7-10	1 675,89	400,93	18,56	33,28	9,60	6,29	0,00	1,67		
		Párolt bulgur 7-10év	1 781,84	83,93	12,29	10,61	1,29	75,87	0,00	1,52		
	U	Kenőmájas *	527,69	126,24	6,36	11,08	5,07	0,12	0,00	1,10	    	
		Barna kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	6 705,51	1 261,84	56,84	84,37	22,21	157,96	19,98	8,05		

Kukla Imréné
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

