



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/6/2024 hétfő	(00150) Fruktóz sz. 4-6	T Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Kígyóborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		E Sertésraguleves	415.07	99.30	9.82	4.32	1.27	5.06	0.00	0.26		
		Túrós tészta	1 558.45	372.83	18.30	12.20	5.68	46.95	0.00	0.45		
		U Kifli	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00		
		Kockasajt	251.83	60.25	3.34	5.00	2.97	0.40	0.00	0.20		
	Összesen:	3 584.58	857.56	41.90	27.11	11.46	110.11	6.99	1.70			
	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15		
Margarin		93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
Kígyóborka		9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01			
Zsemle		616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35			
E Mákos tészta		1 226.01	293.30	9.55	7.38	1.52	46.83	7.99	0.51			





5/6/2024 hétfő		(00160)		(00161)										
		Tej-, tojás-, szójam.		Tejmentes 4-6										
E	Sertésraguleves	415.07	99.30	9.82	4.32	1.27	5.06	0.00	0.26					
	Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01					
	U	Brokkolis szendvicskrém	362.49	86.72	5.22	4.97	0.53	5.09	0.00	0.05				
		Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35				
	Összesen:		3 715.33	888.84	36.74	22.42	5.10	133.32	14.98	1.83				
T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01					
	Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15					
	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13					
	Kígyóborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01					
	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49					
	E	Sertésraguleves	415.07	99.30	9.82	4.32	1.27	5.06	0.00	0.26				
		Mákos tészta	1 226.01	293.30	9.55	7.38	1.52	46.83	7.99	0.51	 			
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01				
	U	Brokkolis szendvicskrém	362.49	86.72	5.22	4.97	0.53	5.09	0.00	0.05				
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49				
Összesen:		3 500.41	837.42	35.92	22.96	4.90	120.04	14.98	2.11					





5/6/2024 hétfő		(00162) Laktózm. 4-6									
(00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15	
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	E	Sertésraguleves	415.07	99.30	9.82	4.32	1.27	5.06	0.00	0.26	
		Mákos tészta	1 226.01	293.30	9.55	7.38	1.52	46.83	7.99	0.51	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
	U	Brokkolis szendvicskrém	362.49	86.72	5.22	4.97	0.53	5.09	0.00	0.05	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	Összesen:		3 500.41	837.42	35.92	22.96	4.90	120.04	14.98	2.11	
		T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01
Párizsi			121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15	
Margarin			93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
Kígyóuborka			9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01	
Teljes kiőrlésű kenyér			494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
E		Sertésraguleves	415.07	99.30	9.82	4.32	1.27	5.06	0.00	0.26	
		Mákos tészta	1 226.01	293.30	9.55	7.38	1.52	46.83	7.99	0.51	





5/6/2024 hétfő	(00167) Tejmentes,	U	Brokkolis szendvicskrém	362.49	86.72	5.22	4.97	0.53	5.09	0.00	0.05	
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
			Összesen:	3 355.00	802.63	35.52	22.56	4.90	113.04	14.98	2.10	





5/17/2024 kedd	(00150) Fruktóz sz. 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
			Tojáskrém	365.64	87.47	5.90	6.63	2.44	0.91	0.00	0.17			
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		E	Húsgombóclevés	670.52	160.41	7.56	5.34	3.28	19.76	1.12	0.39			
			Finomfőzelék	520.67	124.56	4.98	2.17	0.67	20.87	1.00	0.46			
			Sült virsli	537.31	128.54	6.25	11.39	3.99	0.10	0.00	0.25			
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		U	Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04			
			Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00			
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06				
		Összesen:	4 010.68	959.49	42.37	30.80	11.59	125.95	9.11	2.36				
	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
			Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35			
			Csemege szalámi	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43			
		E	Húsgombóclevés	757.31	181.18	12.99	4.16	1.43	22.63	0.01	0.19			





5/7/2024 kedd	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	E	Finomfőzelék	917.11	219.41	4.34	5.45	0.66	37.55	8.39	0.43		
			Sült virsli	537.31	128.54	6.25	11.39	3.99	0.10	0.00	0.25		
			Zsemle	308.34	73.77	2.54	0.19	0.07	15.39	0.00	0.18		
		U	Tormás szardíniakrém	340.90	81.55	4.54	6.80	1.95	0.43	0.24	0.30		
			Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00		
			Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35		
			Összesen:	4 589.71	1 098.04	44.05	35.94	10.82	147.54	15.63	2.62		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		E	Húsgombóclevés	757.31	181.18	12.99	4.16	1.43	22.63	0.01	0.19		
			Finomfőzelék	917.11	219.41	4.34	5.45	0.66	37.55	8.39	0.43		
			Sült virsli	537.31	128.54	6.25	11.39	3.99	0.10	0.00	0.25		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		U	Tormás szardíniakrém	340.90	81.55	4.54	6.80	1.95	0.43	0.24	0.30		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		





5/7/2024 kedd	00161	U	Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
			Összesen:	4 645.15	1 111.29	48.50	36.80	10.17	144.43	15.63	2.49	
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
			Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14	
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
		E	Húsgombóclevés	757.31	181.18	12.99	4.16	1.43	22.63	0.01	0.19	
			Finomfőzelék	998.33	238.83	6.15	7.49	1.99	35.96	5.99	0.49	
			Sült virsli	537.31	128.54	6.25	11.39	3.99	0.10	0.00	0.25	
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		U	Tormás szardíniakrém	340.90	81.55	4.54	6.80	1.95	0.43	0.24	0.30	
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06	
			Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
			Összesen:	4 726.37	1 130.71	50.31	38.84	11.50	142.84	13.23	2.55	





5/7/2024 kedd (00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13	
		Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
	E	Húsgombóclevés	757.31	181.18	12.99	4.16	1.43	22.63	0.01	0.19	
		Finomfőzelék	917.11	219.41	4.34	5.45	0.66	37.55	8.39	0.43	
		Sült virsli	537.31	128.54	6.25	11.39	3.99	0.10	0.00	0.25	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	U	Tormás szardíniakrém	340.90	81.55	4.54	6.80	1.95	0.43	0.24	0.30	
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06	
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
	Összesen:		4 645.15	1 111.29	48.50	36.80	10.17	144.43	15.63	2.49	





5/8/2024 szerda	(00150) Fruktóz sz. 4-6	T	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
			Sárgabarackdzsem	164.64	39.39	0.06	0.00	0.00	9.68	8.15	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		E	Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09		
			Galuska köret	1 053.59	252.05	10.69	4.30	1.05	42.36	0.00	0.07		
			Bakonyi sertéstokány	904.45	216.37	15.30	14.60	5.15	5.66	0.00	0.60		
		U	Vajkrém - natúr	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.00		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	4 137.50	989.82	44.26	34.79	13.46	123.73	8.16	1.56			
	(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35		
		E	Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09		
			Bakonyi sertéstokány	932.05	222.98	15.36	15.27	5.44	5.75	0.00	0.60		
			Tészta köret tojm.	836.05	200.01	5.88	3.68	0.47	34.74	0.00	0.86		
		U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			





5/8/2024 szerda	(00160) Tej-,	U	Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
			Összesen:	3 628.45	868.05	36.42	30.67	9.15	109.75	0.01	2.82		
	(00161) Tejmentes 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Sárgabarackdzsem	164.64	39.39	0.06	0.00	0.00	9.68	8.15	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		E	Bakonyi sertéstokány	932.05	222.98	15.36	15.27	5.44	5.75	0.00	0.60		
			Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09		
			Galuska köret	1 053.59	252.05	10.69	4.30	1.05	42.36	0.00	0.07		
		U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		Összesen:	3 727.48	891.74	40.75	29.09	8.97	115.67	8.16	1.76			
	(00162) Laktózm. 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24		
			Sárgabarackdzsem	164.64	39.39	0.06	0.00	0.00	9.68	8.15	0.01		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		E	Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09		





5/8/2024 szerda	(00162) Laktózm. 4-6	E	Bakonyi sertéstokány	932.05	222.98	15.36	15.27	5.44	5.75	0.00	0.60			
			Galuska köret	1 053.59	252.05	10.69	4.30	1.05	42.36	0.00	0.07			
		U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06			
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
			Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01			
			Összesen:	3 727.48	891.74	40.75	29.09	8.97	115.67	8.16	1.76			
	(00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6	T	Kókusztej	86.02	20.58	0.60	0.80	0.00	2.72	0.00	0.24			
			Sárgabarackdzsem	164.64	39.39	0.06	0.00	0.00	9.68	8.15	0.01			
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06			
		E	Bakonyi sertéstokány	932.05	222.98	15.36	15.27	5.44	5.75	0.00	0.60			
			Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09			
			Galuska köret	1 053.59	252.05	10.69	4.30	1.05	42.36	0.00	0.07			
		U	Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06			
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13				
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49				
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01				
	Összesen:	3 727.48	891.74	40.75	29.09	8.97	115.67	8.16	1.76					





5/9/2024 csütörtök		(00150) Fruktóz sz. 4-6										
(00160) Tej-, tojás-, szójam. 4-6	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.13		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	E	Brokkolikrémleves	231.81	55.46	3.07	2.25	1.28	5.67	0.00	0.34		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Rántott hal magvas bundában	1 023.74	244.91	15.23	11.33	1.90	19.54	0.00	0.49		
		Zöldséges bulgur	768.17	183.77	6.66	3.49	0.42	33.29	0.00	0.55		
	U	Diós kalács	735.51	175.96	5.01	4.34	2.08	29.01	5.00	0.02		
Gyümölcsle		244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01			
Összesen:		4 435.77	1 061.18	44.06	36.74	12.21	138.04	11.99	2.28			
T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
	Csemege szalámi	325.40	77.85	3.77	6.92	2.65	0.05	0.00	0.64			
	Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
	Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01			
	Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35			
	E	Brokkolikrémleves	370.78	88.70	2.93	6.13	2.27	5.35	0.00	0.09		





5/9/2024 csütörtök		(00160) Tej-, tojás-,											
Laktózm. 4-6	E	Halfilé sárgaborsó bundában	896.32	214.43	12.92	15.55	2.24	4.78	0.00	0.18			
		Zöldséges bulgur	768.17	183.77	6.66	3.49	0.42	33.29	0.00	0.55			
		U Kókuszrizs	1 408.18	336.89	5.81	4.31	3.27	67.70	9.99	0.12			
		Összesen:	4 626.61	1 106.85	37.41	39.26	11.66	150.28	16.98	2.08			
	Tejmentés 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Csemege szalámi	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		E	BrokkolikréMLEVES	370.78	88.70	2.93	6.13	2.27	5.35	0.00	0.09		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
			Rántott hal magvas bundában	1 023.74	244.91	15.23	11.33	1.90	19.54	0.00	0.49		
			Zöldséges bulgur	768.17	183.77	6.66	3.49	0.42	33.29	0.00	0.55		
		U Kókuszrizs	1 408.18	336.89	5.81	4.31	3.27	67.70	9.99	0.12			
	Összesen:	4 753.60	1 137.22	38.85	36.77	10.80	161.96	16.98	2.42				
(00162) Laktózm. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
		Csemege szalámi	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43			
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			





5/9/2024 csütörtök													
(00162) Laktózm. 4-6	T	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01			
	E	Brokkolikrémleves	368.39	88.13	3.38	4.95	1.02	7.40	0.00	0.39			
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10			
		Rántott hal magvas bundában	1 023.74	244.91	15.23	11.33	1.90	19.54	0.00	0.49			
		Zöldséges bulgur	768.17	183.77	6.66	3.49	0.42	33.29	0.00	0.55			
	U	Kókuszrizs	1 408.18	336.89	5.81	4.31	3.27	67.70	9.99	0.12			
		Összesen:	4 751.21	1 136.65	39.30	35.59	9.55	164.01	16.98	2.72			
	(00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Csemege szalámi	216.93	51.90	2.51	4.61	1.77	0.03	0.00	0.43		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13			
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01			
E		Brokkolikrémleves	370.78	88.70	2.93	6.13	2.27	5.35	0.00	0.09			
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10			
		Rántott hal magvas bundában	1 023.74	244.91	15.23	11.33	1.90	19.54	0.00	0.49			
		Zöldséges bulgur	768.17	183.77	6.66	3.49	0.42	33.29	0.00	0.55			





2020/9/	00167	U	Kókuszirizs	1 408.18	336.89	5.81	4.31	3.27	67.70	9.99	0.12	 	
			Összesen:	4 753.60	1 137.22	38.85	36.77	10.80	161.96	16.98	2.42		





5/10/2024
péntek

		(00150)										
		Fruktóz sz. 4-6										
(00150)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Körözött túró házi	201.04	48.09	4.99	2.48	1.38	1.39	0.00	0.02		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		Teljes kiörlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	E	Meggyleves	379.15	90.71	1.67	2.73	1.58	14.22	3.60	0.32		
		Csirkemellfilé Dubarry módra	883.93	211.46	19.50	10.90	3.50	8.58	0.00	0.25		
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03		
	U	Sajtos csoda	1 266.86	303.08	6.89	19.08	9.30	25.59	0.00	0.58		
	Összesen:		4 354.19	1 041.67	42.75	38.83	16.15	128.30	10.59	1.70		
	(00160)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
Virslis			290.81	69.57	3.75	6.00	2.30	0.06	0.00	0.15		
Ketchup			90.72	21.70	0.42	0.08	0.00	4.80	2.80	0.43		
Zsemle			616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35		
E		Meggyleves	540.31	129.26	1.31	1.29	0.62	27.41	16.79	0.31		
		Csirkemellfilé Dubarry módra	852.72	204.00	17.83	11.12	3.60	7.91	0.00	0.21		
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03		
U		Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		





5/10/2024 péntek	(00160)	U Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35	
		Összesen:	4 400.28	1 052.70	41.72	27.82	9.68	156.88	26.58	2.39	
	(00161) Tejmentes 4-6	T Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Virsli	290.81	69.57	3.75	6.00	2.30	0.06	0.00	0.15	
		Ketchup	90.72	21.70	0.42	0.08	0.00	4.80	2.80	0.43	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		E Meggyleves	540.31	129.26	1.31	1.29	0.62	27.41	16.79	0.31	
		Csirkemellfilé Dubarry módra	852.72	204.00	17.83	11.12	3.60	7.91	0.00	0.21	
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03	
		U Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55	
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	Összesen:	4 156.28	994.32	40.82	28.28	9.48	142.20	26.58	2.67		
	(00162) Laktózm. 4-6	T Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Virsli	290.81	69.57	3.75	6.00	2.30	0.06	0.00	0.15	
		Ketchup	90.72	21.70	0.42	0.08	0.00	4.80	2.80	0.43	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		E Meggyleves	540.31	129.26	1.31	1.29	0.62	27.41	16.79	0.31	





5/10/2024 péntek												
(00162) Laktózm. 4-6	E	Csirkemellfilé Dubarry módra	1 012.14	242.14	18.97	12.78	4.59	12.53	0.00	0.22		
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03		
	U	Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	Összesen:	4 315.70	1 032.46	41.96	29.94	10.47	146.82	26.58	2.68			
(00167) Tejmentes, fruktózs. 4-6	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Virslis	290.81	69.57	3.75	6.00	2.30	0.06	0.00	0.15		
		Ketchup	90.72	21.70	0.42	0.08	0.00	4.80	2.80	0.43		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	E	Meggyleves	288.85	69.10	1.15	0.44	0.05	14.52	4.08	0.30		
		Csirkemellfilé Dubarry módra	852.72	204.00	17.83	11.12	3.60	7.91	0.00	0.21		
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03		
	U	Kenőmájas	263.84	63.12	3.18	5.54	2.53	0.06	0.00	0.55		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	3 904.82	934.16	40.66	27.43	8.91	129.31	13.87	2.66		





.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

