



Tételes étlap 2021.01.25. - 2021.01.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.01.25. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	E Palócleves /konz/ ovi	1 230,37	294,35	16,04	13,56	3,74	26,42	0,70	2,08		
	Derelye klf mir. ovi	2 690,88	643,75	15,51	20,33	2,11	97,32	19,98	5,50		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	U Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Összesen:	6 034,32	1 443,62	46,04		13,12	191,38	34,21	10,08		
2021.01.26. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Kőrözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,42		
	Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93		
	Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
	E Francia zöldségleves O*	315,75	75,54	2,70	4,05	0,44	6,92	0,01	0,53		
	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89		





2021.01.26. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Kelkáposzta főzelék O*	639,54	153,00	6,33	4,25	0,47	21,97	0,00	0,70	
		kenyér teljes kiörlésű, szel.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39	
		Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
	U	Teljes kiörlésű túrós szívecsk	1 337,60	320,00	10,33	7,22	4,18	47,01	13,36	0,61	
	Összesen:	5 383,66	1 096,22	54,98		13,37	158,70	15,31	4,74		
2021.01.27. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85	
	E	Gyümölcsleves O*	359,80	86,08	0,31	0,14	0,00	20,64	10,99	0,15	
		Tejszínes csirkemell kocka O*	727,38	174,01	17,01	9,19	2,98	5,62	0,02	0,74	
		Rizi-bizi mir. O*	1 197,72	286,54	6,95	5,90	0,68	51,04	0,01	0,41	
	U	Vajkrém natur	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	
		Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	Összesen:	4 973,53	962,83	47,64		11,45	172,60	21,34	3,16		
2021.01.28. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Párizsi sajtos	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39	
		Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09	





2021.01.28. csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		E	Csontleves tésztabetéttel O*	158,58	37,94	1,83	0,82	0,03	5,80	0,00	0,87	
			Zabpelyhes húsgombóc O*	1 428,55	314,38	15,00	19,67	5,84	25,75	7,99	1,88	
			Tört burgonya féladag ovi*	313,56	75,01	2,00	0,16	0,02	16,00	0,00	0,60	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
		U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89	
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
			Összesen:	5 987,43	1 307,96	46,37		16,49	183,05	33,62	8,70	
2021.01.29. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15	
			Tojásos tonhalpástétom*O	246,57	58,99	4,06	4,49	1,23	9,04	0,00	0,09	
			Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		E	Vajgaluska leves O*	383,49	91,74	3,38	3,35	0,65	11,77	0,01	0,72	
			Bakonyi tokány ovi*	859,54	205,63	15,02	12,62	3,27	7,70	0,33	0,12	
			Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	
			Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02	
		U	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	





21.01.	.	(00481	U	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
Összesen:						4 973,34	1 189,79	46,54		9,33	167,46	26,72	2,54		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

