



Tételes étlap 2023.01.23. - 2023.01.29.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2023. 01. 23. hétfő	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsi	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
			Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		T	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
		E	Majorannás pecsenye b	540,30	129,26	10,32	9,40	2,09	0,68	0,00	0,28		
			Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60		
		U	Sárgarépás szendvicsskrém B*	258,73	61,90	3,80	4,58	2,61	1,02	0,00	0,37	 	
			Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
	Összesen:	3 347,60	794,99	35,34	26,88	10,13	100,22	1,18	2,99				
2023. 01. 24. kedd	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Kefír	276,36	66,11	6,80	0,20	0,11	9,20	0,00	0,60		
			Sonkakrém házi bölcsi	103,96	24,87	2,40	1,19	0,60	1,13	0,27	0,57	 	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
			Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		





2023. 01. 24. kedd												
(00480) Gyermekek (1-3 év)												
E	Tejszínes csmeal cs. kukoricO*	822,42	196,75	17,10	9,21	1,66	11,13	0,40	1,70			
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50			
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
	U	Hamé pástétom (szárnyas) 48g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	Összesen:		4 471,82	1 069,80	51,24	27,09	5,36	148,73	7,27	6,29		
2023. 01. 25. szerda												
(00480) Gyermekek (1-3 év)												
R	Tej 1,5dl bölcsi	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Gyümölcsös müzli (jó)	221,13	0,00	1,35	1,05	0,29	9,45	1,80	0,02	 		
	Hamé pástétom (zöldséges) 48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64			
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
E	Brokkolikrémleves mir. bölcsi	301,36	72,10	3,29	3,36	0,79	7,04	0,21	0,52	 		
	Bolognai Spagetti b	1 612,31	366,01	17,12	16,75	5,41	41,15	0,00	0,89	 		
U	Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15			
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
Összesen:		4 421,70	985,22	42,29	30,70	11,09	148,09	3,59	3,59			





2023. 01. 26. csütörtök														
2023. 01. 27. péntek														
2023. 01. 26. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tejeskávés bölcsei	455,84	109,05	4,58	3,75	2,04	14,12	6,77	0,15			
			Tojásrántotta újhagymás*B	416,63	99,67	5,40	8,51	1,66	0,25	0,00	0,63			
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39			
		T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00			
		E	Vagdalt (Stefania) B*	941,34	225,20	11,10	15,10	4,35	10,82	0,12	0,81			
			Zelleres Burgonyap. B*	779,04	186,37	5,17	4,47	1,31	30,47	0,00	1,16			
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74			
		U	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
			Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00			
			Körözött túró	115,37	27,60	3,06	1,50	0,98	0,57	0,20	0,15			
	Összesen:	4 017,44	961,10	39,24	34,81	10,51	119,72	12,37	4,81					
2023. 01. 27. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsei	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
			Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00			
			Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49			
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
		E	Halfasírt bölcsei*	950,75	227,45	15,00	13,40	3,15	11,35	0,13	1,65			





2023. 01. 27. péntek (00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Karalábétfőzelék bölcsi*	800,59	191,53	4,98	4,97	1,05	16,74	1,44	0,43	
	U	Vajkrém ízesített	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14	
		Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90	
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00	
		Összesen:	4 184,36	1 001,05	38,58	34,49	9,38	114,99	15,48	3,79	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

