



Tételes étlap 2023.01.30. - 2023.02.05.

	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. 30. 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		
		Kenőmájas	82,14	19,65	1,74	1,26	0,41	0,59	0,11	0,24		
		Olivás stangli	1 038,73	248,50	7,46	3,36	2,24	40,74	3,17	1,07		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E Burgonyaleves kolbásszal O*	855,86	204,75	5,43	10,94	4,18	17,96	0,43	2,49		
		Derelye klf mir. ovi	2 530,72	605,44	11,31	21,68	2,11	88,29	0,00	5,50		
		Fahéjas porcukor O*	334,15	79,94	0,04	0,03	0,01	19,78	18,98	0,00		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
		Összesen:	6 799,90	1 626,77	36,15	52,91	19,79	216,78	35,48	10,13		
2023. 01. 31. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E Karfiol leves O* (fehér)	205,64	49,19	0,96	3,87	0,44	2,55	0,00	1,12		





2023. 01. 31. kedd													
(00481) Gyermek (4-6 év)													
E	Bolognai Szósz O*	850,17	181,48	9,88	15,89	4,70	4,97	0,00	0,58				
	Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67				
	Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
U	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19				
	Összesen:	4 126,95	965,39	38,09	33,49	9,64	127,53	4,96	4,10				
2023. 02. 01. szerda													
(00481) Gyermek (4-6 év)													
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27				
	Teljes kiörlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90				
E	Lebbencsleves O*	304,68	72,89	1,80	2,13	0,25	11,39	0,00	0,49				
	Eszterházy csirkeragu O*	561,33	134,29	15,73	6,26	1,70	3,52	0,50	0,69				
	Bulgur köret o*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	1,50				
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01				
U	Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23				
	Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00				
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00				
	Összesen:	4 693,78	1 122,90	43,15	29,31	11,72	158,03	28,04	4,09				





2023. 02. 02. péntek csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)												
2023. 02. 02. péntek csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,00	0,09	
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	  	
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E	Húsgombóclevés O*	466,01	111,49	3,99	7,72	1,79	6,30	0,00	1,17	  	
		Grill virsli O*	666,67	159,49	7,80	14,39	4,06	0,07	0,00	1,24	   	
		Szárazbabfőzelék O*	1 015,04	242,83	13,93	4,39	0,53	36,62	0,00	0,50		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
	U	Krémtúró vanillias	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04	 	
Összesen:		4 634,60	1 108,76	56,40	43,53	14,13	119,80	9,15	4,95			
2023. 02. 03. péntek csütörtök (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	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
	E	Zöldborsólevés O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84	 	
		Rántottcsirkemell sokmagos O*	1 027,63	245,84	19,51	10,59	1,27	17,84	0,00	0,93	  	
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		





2023. 02. 03.	(00481) Gyermek (1. c. f. v.)	E	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74	
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96	
			Összesen:	4 768,35	1 140,74	40,82	33,09	11,48	144,42	15,76	7,40	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

