



Tételes étlap 2021.02.01. - 2021.02.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.02.01. 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	109,52	26,20	2,32	1,68	0,54	0,78	0,14	0,32	   	
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	E Burgonyaleves kolbásszal O*	855,86	204,75	5,43	10,94	4,18	17,96	0,43	2,49	  	
	Mákos guba O*	1 783,64	387,88	13,55	12,25	3,83	63,27	18,79	0,82		
	Vaniliasodó aranyg. O*	484,66	55,28	4,28	1,88	1,02	20,34	7,99	0,22	    	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Teljes kiőrlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	Összesen:	6 066,45	1 351,81	42,25		20,88	192,02	42,02	7,98		
2021.02.02. 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		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	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 Karfiollevés O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,80		





2021.02.02	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Bolognai Spagetti O*	2 044,08	467,11	21,72	22,61	7,07	49,07	0,00	2,18		
		U	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19		
			Összesen:	4 454,59	946,73	44,30		11,83	132,67	5,06	5,30		
2021.02.03. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	638,93	55,79	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	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,25	0,55		
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Eszterházi csirkeragu O*	561,33	134,29	15,73	6,26	1,70	3,52	0,50	1,18		
			Bulgur köret o*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	1,50		
			Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
		U	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	Összesen:	5 865,26	1 306,11	54,33		15,01	194,55	29,48	6,94				
2021.02.04. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		
			Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13		





2021.02.04. csütörtök	Gyermek (4-6 év) (00481)	T	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Húsgombóclevés O*	466,01	111,49	3,99	7,72	1,79	6,30	0,00	1,17		
			Grill virsli O*	684,21	163,69	7,80	14,86	4,11	0,07	0,00	1,24		
			Szárazbabfőzelék O*	1 058,46	253,22	14,34	4,42	0,53	38,73	0,00	1,00		
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
		U	Puding habos 175 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	5 063,12	1 110,30	51,85		14,66	133,03	1,37	6,29				
2021.02.05. péntek	Gyermek (4-6 év) (00481)	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		
			Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
		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	1,62		
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
			Vegyes friss saláta ovi*	155,47	37,19	0,93	0,13	0,02	7,91	4,00	0,23		
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
			Összesen:	5 174,85	1 237,99	42,59		13,38	154,17	20,56	7,50		





.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

