



Tételes étlap 2021.02.08. - 2021.02.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.02.08. 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		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 	
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E Pulykaraguleves mir. O*	799,51	191,27	11,45	9,87	1,94	13,87	0,01	1,14	 	
	Tejberizs O*	1 463,58	253,08	10,71	5,81	2,79	63,34	24,98	0,30	 	
	Gyümölcsöntet O*	349,89	83,71	0,48	0,22	0,00	19,55	9,99	0,01	 	
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85	 	
Összesen:	4 925,32	1 081,24	39,99		13,65	164,83	48,52	4,65			
2021.02.09. 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		
	Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05		
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Csirkebecsinált leves O*	453,78	108,56	7,97	4,58	0,70	8,52	0,04	1,10	 	





2021.02.09. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Tojásfasírt O*	657,53	157,30	5,51	7,39	1,20	16,82	0,18	1,50	 	
			Parajfőzelék ovi*	503,62	96,22	5,37	5,79	0,94	11,58	0,00	0,91	 	
			Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
			Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00		
		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:	6 943,93	1 539,89	58,30		14,01	213,09	16,32	10,08		
2021.02.10. 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		
			Vajkrém ízesített	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		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Reszelttésztales O*	319,80	76,51	2,47	2,89	0,33	9,93	0,00	1,24	  	
			Zöldborsós pulyka ragu O*	724,92	173,43	14,09	10,69	2,56	4,96	0,07	0,89	 	
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,40		
			Mandarin	391,96	93,77	1,40	0,60	0,00	19,60	0,00	0,01		
		U	Teljes kiörlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
			Összesen:	5 167,26	1 013,10	43,93		17,59	147,95	4,37	3,99		





2021.02.11. csütörtök													
2021.02.12. péntek													
2021.02.11. csütörtök	(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		
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
		E	Gombaleves O*	366,09	87,58	1,51	6,05	1,29	6,63	0,34	0,84	 	
			Gyros fűsz. csirke hús O*	716,57	171,43	18,60	10,14	1,28	1,25	0,00	1,12	 	
			Burgonyapüré O*	952,37	203,57	6,46	3,93	1,21	40,67	0,00	0,72		
			Coleslaw káposztasaláta O*	511,75	122,43	1,44	10,71	1,96	4,73	0,41	0,59	 	
		U	Sós kalács 44 gr	606,94	145,20	4,76	1,44	0,47	26,89	2,01	1,56		
			Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Összesen:	4 029,39	939,70	39,09		11,52	95,28	13,56	5,80				
2021.02.12. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27	 	
			Teljes kiörlésű sonkás tekerecs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
		E	Sárgarépa krémleves O*	377,94	90,42	1,16	6,08	1,34	6,62	0,62	3,09		
			Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06	 	
			Borsos tokány O*	1 019,03	238,31	11,32	20,00	5,75	4,32	0,00	1,16		
			Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91	 	





2021.02.12. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74	
	U	Túrókrém snidlinges O*	188,70	45,14	4,24	2,59	1,70	1,16	1,16	0,24	 
		Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	
		Madár saláta	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	6 082,98	1 352,72	50,03		20,36	153,83	15,86	8,30	

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

