



Tételes étlap 2024.02.05. - 2024.02.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 02. 05. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
	E Mustáros pulykaragu leves O*	718,52	171,90	11,49	9,76	2,66	9,16	0,40	0,72		
	Tejberizs O*	1 214,04	290,44	9,60	4,51	2,31	52,72	14,99	0,28		
	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:	4 487,34	1 073,53	39,57	31,74	13,60	143,38	36,64	4,17		
2024. 02. 06. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
	Teljes kiörlésű sonkás tekercs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
	E Csirkebecsinált leves O*	486,22	116,32	8,20	4,58	0,70	10,38	0,01	0,62		
	Tojásfasírt O*	657,53	157,30	5,51	7,39	1,20	16,82	0,18	1,50		
	Parajfőzelék ovi*	530,75	126,97	5,91	6,27	1,06	11,60	0,00	0,54		
	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	U Túrókrém snidlinges O*	188,70	45,14	4,24	2,59	1,70	1,16	1,16	0,24		





2024. 02. 06.	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	5 374,83	1 285,83	48,83	38,32	15,24	148,18	15,62	5,49	
2024. 02. 07.	(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	
			Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14	
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39	
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03	
		E	Reszelttésztaleves 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	
			Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80	
		U	Teljes kiőrlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44	
	Összesen:	4 628,28	1 107,26	40,88	41,16	16,98	122,64	4,24	4,20			
2024. 02. 08.	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
			Baromfi párizsi sajttal	153,82	36,80	2,66	3,16	1,02	0,19	0,10	0,40	
			Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	





2024. 02. 08. csütörtök												
(00481) Gyermekek (4-6 év)												
E	Magyaros gombaleves O*	485,51	116,15	3,46	7,17	0,92	9,15	0,11	1,18			
	Gyros fűsz. csirke hús O*	576,24	137,86	18,60	6,42	0,85	1,25	0,00	0,73			
	Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59			
	Trópusi befőtt	220,86	52,84	0,28	0,08	0,00	12,47	7,44	0,01			
	Összesen:	4 728,73	1 127,36	49,21	31,68	9,08	153,86	19,32	4,85			
U	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10			
	Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49			
	Összesen:	4 728,73	1 127,36	49,21	31,68	9,08	153,86	19,32	4,85			
	<hr/>											
	T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06		
		Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,25	0,55	
Levesgyöngy			138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06		
Csikós tokány ovi*			1 059,37	253,44	11,43	21,21	6,50	3,86	0,33	1,30		
Tészta köret Farfalle O*			1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91		
Káposztasaláta ovi			177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		





2024.	02. 09	(00481	U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89	 	
Összesen:						6 578,95	1 573,92	54,87	62,72	19,11	177,55	23,52	6,58		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

