



Tételes étlap 2024.02.12. - 2024.02.18.

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. 12. hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Szárnyasmájkrém 65g	566,74	135,59	2,97	13,20	0,00	0,10	0,00	0,89		
	Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	0,43	0,75		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Sárgaborsó leves sertés I*	1 209,15	289,27	18,97	12,55	2,65	24,73	0,22	1,40		
	Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93		
	Barackíz	302,08	72,27	0,13	0,00	0,00	17,83	15,58	0,00		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	6 129,34	1 466,36	53,26	41,07	7,27	207,87	25,86	5,39		
2024. 02. 13. kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Torrero szalámi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E Daragaluska leves isk*	583,04	139,48	3,54	5,70	0,73	18,27	0,01	0,93		
	Kakukkfűves Csirkemell I*	825,73	197,54	25,41	8,52	1,11	4,62	0,01	0,98		
	Zöldborsófőzelék I*	1 293,65	309,49	17,70	7,92	1,45	41,15	2,00	0,66		
	Rozsos kenyér	506,50	121,17	3,30	0,40	0,05	25,00	0,25	0,75		





2024. 02. 13	00482	U	Kalács kakaós	847,70	202,80	4,98	4,56	2,10	35,40	5,88	0,42	
			Összesen:	4 269,80	1 021,48	54,93	32,10	6,84	124,44	8,15	3,86	
2024. 02. 14. szerda	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	213,30	51,03	2,01	3,90	0,00	1,95	0,90	0,27	
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90	
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		E	Tavaszi leves I*	357,43	85,51	1,99	4,93	0,54	7,76	0,02	1,20	
			Olaszos pulyka I*	953,88	224,91	17,22	15,17	3,36	5,40	0,40	1,22	
			Párolt rizs I*	1 448,52	346,54	6,49	7,70	0,90	62,43	0,01	0,41	
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75	
	Összesen:	5 125,32	1 216,99	42,07	40,87	8,87	175,43	15,21	4,75			
2024. 02. 15. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Párizsi sajtos, baromfi	300,64	71,92	3,90	5,70	2,11	1,17	0,00	0,58	
			Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	
		E	Csontleves tésztabetéttel I*	338,22	80,91	3,05	3,14	0,39	10,06	0,00	0,54	
			Fasírt isk*	1 311,46	313,75	13,60	21,63	6,03	15,61	0,18	1,72	
			Zöldbabfőzelék I*	927,82	221,97	7,77	9,72	2,75	25,26	0,94	0,82	
			Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80	





2024. 02. 15.		(00482) Gyermek (7-10 év)										
E	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
U	Teljes kiőrlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50			
Összesen:		6 786,67	1 623,60	49,93	57,76	20,18	202,09	24,53	6,09			
2024. 02. 16. péntek		(00482) Gyermek (7-10 év)										
T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73			
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49			
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00			
E	Csurgatott tojás leves suli*	541,70	129,59	5,05	8,94	1,59	7,12	0,12	0,68			
	Natúr sertés falatok I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,66			
	Hagymás törtburgonya isk	1 223,46	292,69	6,49	6,09	0,70	51,66	0,00	1,01			
	Párolt káposzta I*	382,46	91,50	1,51	5,76	0,66	8,18	3,00	0,61			
U	Joghurt, görög 150g 8% zsírt.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12			
Összesen:		5 052,99	1 208,85	48,37	58,78	15,45	118,28	3,12	4,42			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

