















Tételes étlap 2023.02.13. - 2023.02.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 02. 13. 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		
	Sertésmájkrém 65 g	9,60	2,30	0,13	0,14	0,05	0,06	0,00	0,02		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Sárgaborsó leves O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	1,26		
	Darás metélt Ovi*	1 300,13	311,04	9,85	5,66	0,73	54,80	0,00	0,71		
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	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:	4 399,01	1 052,39	38,10	19,65	5,53	170,04	23,00	4,16		
2023. 02. 14. kedd (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		
	Torrero szalámi	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		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Daragaluska leves ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86		





2023. 02. 14. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Kakukkfűves Csirkemell O*	727,77	174,11	20,95	8,02	2,29	4,40	1,01	0,97	 	
			Zöldborsófőzelék O*	980,19	234,50	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63	 	
			Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		
		U	Kalács kakaós	729,41	174,50	5,83	2,64	1,69	27,25	1,77	0,43	  	
			Összesen:	4 548,41	1 084,22	55,26	25,25	7,00	150,43	14,47	4,76		
2023. 02. 15. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
			Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23	 	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		E	Tavaszi leves O*	234,21	56,03	1,40	3,00	0,33	5,42	0,02	0,97		
			Olaszos pulykaO* (sárga kali)	908,06	215,05	17,03	14,66	5,10	4,03	0,30	1,13	 	
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	5 447,29	1 301,00	46,87	36,05	12,52	182,99	11,82	5,70		





2023. 02. 16. csütörtök													
2023. 02. 17. péntek													
2023. 02. 16. csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Teljes kiőrlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
		E	Csontleves tésztabetéttel O*	158,58	37,94	1,83	0,82	0,11	5,80	0,00	0,28		
			Vagdalt O*	1 308,73	313,09	13,68	21,83	6,07	14,97	0,12	0,91		
			Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62		
			Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
			Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Párizsi sajtos	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39		
			Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03				
	Összesen:	6 169,22	1 475,90	49,74	52,14	19,60	179,51	24,20	4,56				
2023. 02. 17. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Szel.trapp. 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50		





2023. 02. 17. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Natúr sertés falatok O*	934,32	223,52	11,18	18,10	5,53	3,71	0,00	0,50		
		Hagymás törtburgonya ovi	862,38	206,31	4,62	4,08	0,47	36,83	0,00	0,81		
		Párolt káposzta O*	268,24	64,17	1,18	3,86	0,44	6,02	2,00	0,51		
	U	Joghurt, görörg	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:		4 360,79	1 043,23	35,50	49,30	12,80	111,43	12,07	3,19		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

