



Tételes étlap 2021.02.15. - 2021.02.21.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.02.15. 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	368,96	88,27	4,42	6,93	2,36	1,95	0,00	0,61		
		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 Sárgaborsó leves O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	1,26		
		Darás metélt Ovi*	1 541,79	368,85	9,95	5,66	0,73	69,06	12,46	0,71		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	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:	5 655,68	1 353,03	49,00		9,33	203,96	26,89	6,27		
2021.02.16. 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	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
		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		
		Kakukkfűves Csirkemell O*	1 000,69	239,40	37,25	8,98	1,23	2,16	0,01	1,07		





2021.02.16. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Zöldborsófőzelék O*	980,96	195,86	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63		
			Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64		
		U	Kalács kakaós	729,41	174,50	5,83	2,64	1,69	27,25	1,77	0,43		
			Összesen:	5 298,81	1 224,92	76,82		8,31	156,91	13,88	5,52		
2021.02.17. 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	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		
		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	0,40		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	5 648,40	1 349,11	47,66		12,92	191,45	12,07	5,88				
2021.02.18. csütörtök	(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		
			Teljes kiörlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
		E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83		
			Vagdalt O*	1 308,73	313,09	13,68	21,83	6,07	14,97	0,12	1,01		





2021.02.18. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)		E	Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62	
			Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09	
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
		U	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 kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
			Összesen:	7 188,00	1 600,65	52,70		20,53	222,21	29,46	7,91	
2021.02.19. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)		T	Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	
			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	
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Csurgatott tojás leves ovi*	306,24	73,26	2,31	4,94	0,82	4,81	0,11	0,99	
			Natúr sertés falatok O*	934,32	223,52	11,18	18,10	5,53	3,71	0,00	0,89	
			Tört burgonya, hagymás O*	886,81	212,16	4,77	4,09	0,47	38,08	0,00	1,99	
			Párolt káposzta O*	268,24	64,17	1,18	3,86	0,44	6,02	2,00	0,51	
		U	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	





21.02.	.	(00481	,	U	Joghurt, görög	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Összesen:							4 680,07	927,89	39,88		16,43	112,71	12,10	5,77		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

