



Tételes étlap 2024.02.12. - 2024.02.18.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 02. 12. 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		
	Szárnyasmájkrém 65g	340,04	81,35	1,78	7,92	0,00	0,06	0,00	0,53		
	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 sertés O*	923,50	220,93	14,75	9,61	2,06	18,56	0,17	1,10		
	Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	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:	4 948,64	1 183,87	42,87	29,93	6,29	174,34	29,32	4,49		
2024. 02. 13. kedd (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		
	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 ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86		
	Kakukkfűves Csirkemell O*	605,51	144,86	20,27	5,52	0,74	3,40	0,01	0,94		





2024. 02. 13. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	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	706,42	169,00	4,15	3,80	1,75	29,50	4,90	0,35				
			Összesen:	3 289,77	787,03	43,78	22,44	5,10	99,75	13,77	3,45				
2024. 02. 14. 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 félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18				
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90				
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	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 pulyka O*	674,89	159,27	12,87	10,44	2,42	3,79	0,30	0,76				
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30				
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75				
	Összesen:	4 710,02	1 120,70	36,02	31,32	7,50	176,75	14,81	3,87						
2024. 02. 15. csütörtök	(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				
			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				
			Fasírt ovi*	1 418,16	339,27	10,78	24,58	5,23	18,20	0,17	1,03				
			Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62				





2024. 02. 15. csütörtök		2024. 02. 16. péntek									
Gyermek (4-6 év) (00481)	E	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, 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 kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93	
		Összesen:	6 199,97	1 483,25	46,48	54,21	18,37	180,77	24,35	4,66	
Gyermek (4-6 év) (00481)	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	
		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	
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	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	
		Natúr sertés falatok O*	612,26	146,47	13,28	8,62	2,16	3,77	0,00	0,52	
		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, 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:	4 342,03	1 038,74	43,14	45,44	13,00	111,81	12,07	3,70	





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

