



Tételes étlap 2023.02.20. - 2023.02.26.

| 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. 20. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év) | R Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | Vajkrém ízesített 25% zsírt. | 180,58 | 43,20 | 1,00 | 4,00 | 2,60 | 0,80 | 0,50 | 0,18 | | |
| | Félbarna kenyér | 541,73 | 129,60 | 4,62 | 0,62 | 0,14 | 25,76 | 0,48 | 0,78 | | |
| | TV paprika | 24,57 | 0,00 | 0,36 | 0,09 | 0,00 | 0,90 | 0,00 | 0,00 | | |
| | T Gyümölcsle 100%-os | 427,85 | 102,36 | 1,30 | 0,36 | 0,00 | 21,80 | 0,00 | 0,01 | | |
| | E Majorannás pecsenye b | 540,30 | 129,26 | 10,32 | 9,40 | 2,09 | 0,68 | 0,00 | 0,28 | | |
| | Kelkáposzta főzelék bölcsi | 590,64 | 141,30 | 6,20 | 3,31 | 0,37 | 21,31 | 0,00 | 0,60 | | |
| | U Sárgarépás szendvicskrém B* | 258,73 | 61,90 | 3,80 | 4,58 | 2,61 | 1,02 | 0,00 | 0,37 | | |
| | Rozsos kenyér | 405,20 | 96,94 | 2,64 | 0,32 | 0,04 | 20,00 | 0,20 | 0,60 | | |
| Összesen: | 3 346,99 | 794,84 | 35,34 | 26,88 | 10,13 | 100,22 | 1,18 | 2,99 | | | |
| 2023. 02. 21. kedd (00480) Gyermek (1-3 év) | R Csipkebogyótea bölcsi | 87,22 | 20,87 | 0,06 | 0,01 | 0,00 | 5,08 | 5,00 | 0,00 | | |
| | Kefír | 276,36 | 66,11 | 6,80 | 0,20 | 0,11 | 9,20 | 0,00 | 0,60 | | |
| | Sonkakrém házi bölcsi | 103,96 | 24,87 | 2,40 | 1,19 | 0,60 | 1,13 | 0,27 | 0,57 | | |
| | Korpás Kenyér | 535,04 | 128,00 | 4,71 | 0,65 | 0,16 | 25,14 | 0,66 | 0,56 | | |
| | Sárgarépa friss | 50,44 | 12,07 | 0,36 | 0,06 | 0,01 | 2,43 | 0,00 | 0,09 | | |
| | T Narancs | 173,11 | 41,41 | 0,60 | 0,20 | 0,00 | 8,50 | 0,00 | 0,01 | | |







| 2023. 02. 21. kedd | | (00480) Gyermekek (1-3 év) | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|--|--|
| E | Tejszínes csme... kukoricO* | 822,42 | 196,75 | 17,10 | 9,21 | 1,66 | 11,13 | 0,40 | 1,70 | | | | |
| | Párolt rizs B* | 901,77 | 215,73 | 4,02 | 4,79 | 0,56 | 38,87 | 0,00 | 0,50 | | | | |
| | Túró Rudi | 458,89 | 109,78 | 4,20 | 5,40 | 0,00 | 10,20 | 0,00 | 0,00 | | | | |
| | U | Hamé pástétom (szárnyas) 48g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | |
| | | Kornspitz | 1 050,43 | 251,30 | 10,75 | 5,36 | 2,26 | 36,61 | 0,94 | 2,23 | | | |
| | | Jégcsap retek | 12,18 | 2,91 | 0,24 | 0,02 | 0,00 | 0,44 | 0,00 | 0,03 | | | |
| | Összesen: | | 4 471,82 | 1 069,80 | 51,24 | 27,09 | 5,36 | 148,73 | 7,27 | 6,29 | | | |
| 2023. 02. 22. szerda | (00480) Gyermekek (1-3 év) | R | Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | | | Gyümölcsös müzli | 221,13 | 0,00 | 1,35 | 1,05 | 0,29 | 9,45 | 1,80 | 0,02 | | |
| | | | Hamé pástétom (zöldséges) 48 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| | | | Tönköly kenyér | 414,66 | 99,20 | 3,96 | 0,52 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,64 | | |
| | T | Alma | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | E | Brokkolikrémleves mir. bölcsi | 301,36 | 72,10 | 3,29 | 3,36 | 0,79 | 7,04 | 0,21 | 0,52 | | | |
| | | Bolognai Spagetti b | 1 612,31 | 366,01 | 17,12 | 16,75 | 5,41 | 41,15 | 0,00 | 0,89 | | | |
| | U | Kockasajt ízesített,félzs.17,5 | 143,37 | 34,30 | 1,92 | 2,62 | 1,71 | 0,82 | 0,71 | 0,15 | | | |
| | | Zsemle rozsos | 1 060,05 | 253,60 | 8,75 | 1,40 | 0,41 | 49,28 | 0,87 | 1,18 | | | |
| | | Alma | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | Összesen: | | 4 421,09 | 985,07 | 42,29 | 30,70 | 11,09 | 148,09 | 3,59 | 3,59 | | | |





| 2023. 02. 23. csütörtök | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|-------------------------------|----------|--------------------------------|--------|--------|-------|--------|-------|-------|------|------|---|--|
| 2023. 02. 24. péntek | | | | | | | | | | | | | |
| 2023. 02. 23. csütörtök | (00480) Gyermekek (1-3 év) | R | Tejeskávés bölcsei | 455,29 | 108,92 | 4,58 | 3,75 | 2,04 | 14,12 | 6,77 | 0,15 |   | |
| | | | Tojásrántotta újhagymás*B | 416,63 | 99,67 | 5,40 | 8,51 | 1,66 | 0,25 | 0,00 | 0,63 |  | |
| | | | kenyér teljes kiőrlésű, szel. | 388,16 | 92,86 | 3,70 | 0,49 | 0,03 | 18,75 | 0,00 | 0,39 |  | |
| | | T | Mandarin | 195,98 | 46,89 | 0,70 | 0,30 | 0,00 | 9,80 | 0,00 | 0,00 | | |
| | | E | Vagdalt (Stefania) B* | 941,34 | 225,20 | 11,10 | 15,10 | 4,35 | 10,82 | 0,12 | 0,81 |   | |
| | | | Zelleres Burgonyap. B* | 775,73 | 185,58 | 5,16 | 4,47 | 2,01 | 30,47 | 0,00 | 1,12 |   | |
| | | | Céklasaláta, csemege szeletelt | 159,23 | 38,09 | 0,79 | 0,06 | 0,00 | 8,35 | 4,80 | 0,74 | | |
| | | U | Félbarna kenyér | 541,73 | 129,60 | 4,62 | 0,62 | 0,14 | 25,76 | 0,48 | 0,78 | | |
| | | | Lilahagyma | 16,54 | 3,96 | 0,12 | 0,01 | 0,00 | 0,83 | 0,00 | 0,00 | | |
| | | | Körözött túró | 115,37 | 27,60 | 3,06 | 1,50 | 0,98 | 0,57 | 0,20 | 0,15 |  | |
| | Összesen: | 4 006,00 | 958,37 | 39,23 | 34,81 | 11,21 | 119,72 | 12,37 | 4,77 | | | | |
| 2023. 02. 24. péntek | (00480) Gyermekek (1-3 év) | R | Tej 1,5dl bölcsei | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 |  | |
| | | | Mogyorókrém | 447,72 | 107,11 | 1,30 | 6,20 | 0,00 | 11,40 | 9,60 | 0,00 | | |
| | | | Kifli, tejes | 614,29 | 146,96 | 4,91 | 1,18 | 0,48 | 27,70 | 2,05 | 0,49 | | |
| | | T | Alma | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| | | E | Halfasírt bölcsei* | 950,75 | 227,45 | 15,00 | 13,40 | 3,15 | 11,35 | 0,13 | 1,65 |    | |





| | | | | | | | | | | | |
|--|---|------------------------------|----------|----------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|
| 2023. 02. 24. péntek (00480) Gyermek (1-3 év) | E | Karalábéfőzelék bölcsi* | 800,59 | 191,53 | 4,98 | 4,97 | 1,05 | 16,74 | 1,44 | 0,43 | |
| | U | Vajkrém ízesített 25% zsírt. | 135,43 | 32,40 | 0,75 | 3,00 | 1,95 | 0,60 | 0,38 | 0,14 | |
| | | Kifli, korpás | 681,34 | 163,00 | 5,70 | 1,08 | 0,47 | 30,99 | 1,88 | 0,90 | |
| | | Póréhagyma | 30,83 | 7,38 | 0,44 | 0,06 | 0,00 | 1,26 | 0,00 | 0,00 | |
| | | Összesen: | 4 183,75 | 1 000,90 | 38,58 | 34,49 | 9,38 | 114,99 | 15,48 | 3,79 | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

