



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 (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, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23		
	Chilis bab O*	1 776,55	411,87	18,22	21,77	6,03	38,54	0,00	3,84		
	Graham kenyér	397,52	95,10	4,30	0,63	0,17	16,13	0,26	0,45		
	U Almás linzer	1 040,82	249,00	3,40	7,33	3,42	39,65	18,91	0,23		
	Összesen:	4 545,16	1 074,21	35,53	39,37	11,44	140,32	28,94	7,24		
2023. 02. 21. kedd (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		
	Gabonagolyó kakaós	317,52	75,96	2,00	0,40	0,08	16,00	4,98	0,16		
	E Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,03	1,03		
	Krumplis tészta ovi*	1 603,19	383,54	11,40	9,50	1,22	62,31	0,00	1,42		
	Vegyes vágott savanyúság	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2023. 02. 21	00481	U	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46	
			Összesen:	4 277,68	1 023,37	33,72	26,39	9,86	144,53	11,61	3,88	
2023. 02. 22. szerda	(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	
			Körözött túró	115,37	27,60	3,06	1,50	0,98	0,57	0,20	0,15	
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		E	Fahéjas Szilvaleves O*	408,65	97,76	0,59	0,02	0,00	23,13	9,99	0,06	
			Pulykarizottó O*	1 373,81	328,66	18,41	11,56	2,53	37,27	0,00	1,88	
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		U	Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01	
	Összesen:	4 012,51	956,00	38,14	18,09	5,94	141,99	27,51	3,81			
2023. 02. 23. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85	
		E	Karalábéleves O*	307,61	73,59	1,77	3,90	0,44	7,68	0,00	0,79	
			Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89	
			Tökfőzelék O*	550,82	131,77	3,36	5,44	1,82	16,93	1,66	0,66	
			kenyér teljes kiörlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	





2023. 02. 23. csütörtök											
(00481) Gyermek (4-6 év)											
U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Sajtos tavaszi szelet	173,89	41,60	2,00	3,40	1,36	0,82	0,20	0,38		
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	Összesen:	5 482,64	1 311,63	48,74	49,65	16,53	154,23	12,80	6,34		
2023. 02. 24. péntek											
(00481) Gyermek (4-6 év)											
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27		
	Tojáskrém O*	169,33	40,51	2,20	3,20	0,85	0,30	0,00	0,39		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
E	Zabgaluskás leves O*	411,79	98,51	3,12	4,72	0,57	10,65	0,00	0,42		
	Panírozott halrudak O*	551,20	131,87	7,44	4,40	0,00	14,56	0,00	0,00		
	Zelleres Burgonyap. ovi*	854,53	204,43	5,84	4,63	2,09	34,07	0,00	0,54		
U	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	Összesen:	3 970,28	949,82	37,13	26,58	9,38	136,14	34,99	2,85		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

