



Tételes étlap 2024.02.19. - 2024.02.25.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 02. 19. 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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	E Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23	 	
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	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:	4 781,48	1 130,75	37,28	44,49	14,05	141,34	27,44	7,43		
2024. 02. 20. 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	476,28	113,94	3,00	0,60	0,12	24,00	7,47	0,23		
	E Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,03	1,03	 	
	Gránátos kocka O*	1 608,82	384,88	11,40	9,69	1,24	62,23	0,00	0,98	 	
	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		





2024. 02. 20		00481											
2024. 02. 21. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
			Összesen:	4 442,07	1 062,69	34,72	26,78	9,92	152,45	14,10	3,51		
		T	Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
			Körözött túró házi ovi*	192,99	46,17	4,31	2,51	1,63	1,54	1,12	0,33	 	
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	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:	4 055,10	970,11	39,22	19,07	6,60	141,11	26,47	3,97				
2024. 02. 22. 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*	563,51	134,81	3,47	5,45	1,82	17,54	1,66	0,66	 	
			kenyér teljes kiörlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		





2024. 02. 22. 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	0,00			
	Sajtos tavaszi szelet	173,89	41,60	2,00	3,40	1,36	0,82	0,20	0,38			
	Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	Összesen:	4 301,52	1 029,07	37,13	42,22	14,82	113,36	11,68	4,22			
2024. 02. 23. 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*	384,99	92,10	3,28	3,93	0,50	10,65	0,00	0,43		
		Panírozott halrudak O*	831,87	199,01	7,44	11,83	0,85	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 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	Összesen:	4 224,15	1 010,55	37,29	33,22	10,16	136,14	34,99	2,86			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

