



Tételes étlap 2024.02.26. - 2024.03.03.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 02. 26. hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Kenőmájas	164,27	39,30	3,48	2,52	0,81	1,17	0,21	0,49		
		Magvas kenyér	638,50	152,75	4,70	2,45	0,20	27,00	0,00	0,85		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Lencseleves húsos I*	1 106,35	264,68	16,96	8,83	1,42	29,02	0,00	1,08		
		Almás linzer	2 081,64	498,00	6,80	14,66	6,84	79,30	37,82	0,46		
	U	Sajtos madárka	885,32	211,80	6,85	3,93	2,45	33,12	5,75	0,60		
	Összesen:			4 900,65	1 166,53	39,15	32,48	11,72	170,51	43,78	3,48	
2024. 02. 27. kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		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		
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E	Lebbencsleves I*	536,47	128,34	3,11	4,38	0,61	18,71	0,10	0,81		
		Bazsalikomos aprópecsenye I*TM	1 326,26	317,29	16,82	27,42	8,69	0,46	0,00	1,11		
		Finomfőzelék I*	1 011,53	241,99	10,54	7,38	1,32	32,74	1,20	1,42		
	Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80			





2024. 02. 27		00482										
2024. 02. 28. szerda	(00482) Gyermek (7-10 év)	U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59	
			Összesen:	4 817,65	1 152,55	42,60	51,77	14,95	125,43	9,18	4,86	
		T	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	213,30	51,03	2,01	3,90	0,00	1,95	0,90	0,27	
			kenyér teljes kiörlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
		E	Vajgaluska leves I*	451,39	107,99	3,89	4,27	1,31	13,35	0,02	0,17	
			Fűszeres sertéstokány I*	1 161,17	274,51	14,83	22,00	7,13	4,77	0,00	0,77	
			Tészta kör. szarvacska I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,79	
			Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92	
		U	Teljes kiörlésű pudingos táska	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90	
	Összesen:	5 467,19	1 304,66	45,96	46,01	15,06	161,88	17,71	5,31			
2024. 02. 29. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Kukoricás kenyér	679,25	162,50	5,68	0,71	0,19	32,47	0,84	0,88	
		E	Karfiolkrémleves mir. isk	607,20	145,26	4,19	9,63	2,45	10,27	0,67	0,86	
			Levesgyöngy	184,03	44,03	0,67	3,05	0,37	3,42	0,00	0,08	
			Csirkemell sajtmártással*I	740,91	177,25	22,54	6,42	2,37	7,35	0,24	0,29	





2024. 02. 29. csütörtök													
(00482) Gyermek (7-10 év)													
E	Mexikói párolt rizs I*	1 323,32	316,58	6,88	5,88	0,67	58,49	0,00	0,50				
	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02				
	U	Kockasajt ízesített, félzs. 17,5	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15			
		Kifli, vajjas	629,01	150,48	4,87	1,56	0,79	26,91	1,40	0,47			
	Összesen:	5 175,60	1 238,18	48,33	35,77	9,95	172,88	20,06	3,37				
2024. 03. 01. péntek	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Madár saláta (kg)	26,36	6,31	0,60	0,12	0,00	1,08	0,00	0,00		
		E	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
			Tarhonyáshús (sertés) I*	2 409,50	576,44	26,00	30,03	8,28	49,85	0,00	1,87		
			Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43		
		U	Teljes kiőrlésű tökmagos pereg	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29		
		Összesen:	5 826,04	1 393,80	50,88	46,61	16,51	179,36	14,88	6,00			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

