












Tételes étlap 2024.03.04. - 2024.03.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 03. 04. 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		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Gulyásleves marhahússal O*	360,85	86,33	1,54	4,02	0,53	10,66	0,08	1,37		
	Tejbeköles O*	871,95	208,60	7,96	3,42	1,52	36,33	6,49	0,40	 	
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64		
Összesen:	4 035,09	965,33	23,94	23,54	10,77	143,71	36,34	4,04			
2024. 03. 05. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávés ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27	 	
	Teljes kiőrlésű sonkás tekerecs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
	E Erdei gyümölcsleves O*	304,39	72,82	0,50	0,21	0,00	16,85	6,83	0,01	 	
	Zöldborsós csirkemellcsíkok Ó.	778,15	186,16	20,61	7,94	2,14	7,79	0,80	0,95	 	
	Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		





2024. 03. 05. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Túrókrém bazsalikomos O*	159,04	38,05	3,43	2,24	1,47	0,98	0,97	0,23	 	
			Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			Összesen:	4 822,25	1 153,65	45,95	32,57	14,43	132,24	14,86	2,66		
2024. 03. 06. szerda	(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		
			Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00		
			Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
		E	Karfiolleves O*(piros)	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41		
			Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38	  	
			Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59		
			Meggybefőtt	226,59	54,21	0,36	0,11	0,00	12,48	7,20	0,00		
		U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
			Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
			Összesen:	5 119,30	1 224,71	44,86	35,92	8,65	173,38	23,74	3,95		
2024. 03. 07. csütörtök	(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		
			Rozsos zsemle	725,94	173,67	5,14	1,39	0,00	33,95	0,00	0,00		





2024. 03. 07. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Húsleves O*	275,31	65,86	3,46	2,79	0,89	6,51	0,00	1,14		
		Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	1,06		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
	U	Fonott kalács	754,49	180,50	5,24	2,44	1,55	30,15	5,03	1,75	 	
		Összesen:	3 858,15	902,66	42,37	28,64	9,15	116,64	16,82	5,31		
2024. 03. 08. 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	 	
		Vajkrém natúr, 20% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E	Palócleves mir O*sertés	765,13	183,05	6,57	12,53	3,91	10,60	0,59	1,12	 	
		Tiroli rétes túrós	1 544,93	369,60	9,62	12,00	8,07	41,58	16,68	0,42		
	U	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
		Összesen:	5 523,06	1 321,31	42,42	45,30	24,64	151,48	35,18	4,64		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

