



Tételes étlap 2022.03.14. - 2022.03.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.03.16. szerda (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Vajkrém ízesített 200g	36,12	8,64	0,20	0,80	0,52	0,16	0,10	0,04		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E Zellerkrémleves mir. I*	526,59	116,27	2,70	7,69	1,24	11,10	0,34	1,18		
	Bolognai Spagetti I*	2 841,11	649,02	30,88	32,26	10,54	65,66	0,00	3,24		
	Levesgyöngy	184,03	44,03	0,67	3,05	0,37	3,42	0,00	0,08		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	U Teljes kiörlésű sonkás tekercs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
Összesen:	6 342,61	1 476,99	49,51	57,88	21,64	160,08	5,57	6,38			
2022.03.17. csütörtök (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Daragaluska leves isk*	583,04	139,48	3,54	5,70	0,73	18,27	0,01	0,93		
	Natúr Csirkemell	956,73	228,88	26,05	10,38	1,31	7,54	0,00	0,98		
	Zöldborsófőzelék I*	1 294,62	261,19	17,70	7,92	1,45	41,15	2,00	0,66		





2022.03.17	(00482) Gyermek 17 10 11	E	Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
		U	Kalács kakaós	875,29	209,40	7,00	3,17	2,03	32,70	2,12	0,51		
			Összesen:	5 398,53	1 242,98	70,33	33,97	7,40	165,86	5,78	5,20		
2022.03.18. péntek	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Palócleves mir I*	845,24	202,21	9,38	11,66	3,46	14,43	0,83	1,55		
			Derelye klf mir. isk	3 098,38	741,24	19,66	20,83	2,11	115,77	19,98	5,50		
			Vaníliás tejföl	588,65	140,83	2,70	12,00	7,50	5,00	5,00	0,10		
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		U	Pogácsa Tepertős	1 956,24	468,00	11,68	26,86	12,49	42,27	2,31	2,99		
					Összesen:	8 010,54	1 916,40	55,76	84,34	31,26	222,38	28,70	11,58

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietaikus

.....  
Gazdaságvezető

