



Tételes étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

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. 18. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	T Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
	E Majorannás pecsenye b	540,30	129,26	10,32	9,40	2,09	0,68	0,00	0,28		
	Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60		
	U Sárgarépás szendvicskrém B*	258,73	61,90	3,80	4,58	2,61	1,02	0,00	0,37	 	
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
Összesen:	3 346,99	794,84	35,34	26,88	10,13	100,22	1,18	2,99			
2024. 03. 19. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	R Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Kefír	276,36	66,11	6,80	0,20	0,11	9,20	0,00	0,60		
	Sonkakrém házi bölcsi	103,96	24,87	2,40	1,19	0,60	1,13	0,27	0,57	 	
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
	T Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		





2024. 03. 19. kedd												
(00480) Gyermekek (1-3 év)												
E	Tejszínes csomell cs. kukoricO*	822,42	196,75	17,10	9,21	1,66	11,13	0,40	1,70			
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50			
	Túró desszert 23g	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
	U	Hamé pástétom (szárnyas) 48g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	Összesen:		4 471,82	1 069,80	51,24	27,09	5,36	148,73	7,27	6,29		
2024. 03. 20. szerda												
(00480) Gyermekek (1-3 év)												
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Gyümölcsös müzli	221,13	0,00	1,35	1,05	0,29	9,45	1,80	0,02	 		
	Halkrém bölcsi*	242,28	57,96	4,00	4,39	1,24	16,56	0,00	0,06	 		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64			
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
E	Vagdalt (Stefania) B*	941,34	225,20	11,10	15,10	4,35	10,82	0,12	0,81	 		
	Zelleres Burgonyap. B*	775,73	185,58	5,16	4,47	2,01	30,47	0,00	1,12	 		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74			
U	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10			
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18			





2024. 03. 20		00480									
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	4 968,27	1 135,67	43,41	35,19	12,98	184,68	8,89	4,91		
2024. 03. 21. csütörtök		(00480) Gyermekek (1-3 év)									
R	Tejeskávé bölcsi	455,29	108,92	4,58	3,75	2,04	14,12	6,77	0,15		
	Tojásrántotta újhagymás*B	416,63	99,67	5,40	8,51	1,66	0,25	0,00	0,63		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
E	Brokkolikrémleves mir. bölcsi	301,36	72,10	3,29	3,36	0,79	7,04	0,21	0,52		
	Bolognai Spagetti b	1 612,31	366,01	17,12	16,75	5,41	41,15	0,00	0,89		
U	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00		
	Körözött túró	115,37	27,60	3,06	1,50	0,98	0,57	0,20	0,15		
	Összesen:	4 043,37	947,61	42,59	35,29	11,05	118,27	7,66	3,51		
2024. 03. 22. péntek		(00480) Gyermekek (1-3 év)									
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00		
	Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49		
T	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
E	Halfasírt bölcsi*	950,75	227,45	15,00	13,40	3,15	11,35	0,13	1,65		





2024. 03. 22. péntek (00480) Gyermek (1-3 év)	E	Karalábé főzelék bölcsi*	800,59	191,53	4,98	4,97	1,05	16,74	1,44	0,43		
	U	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
		Vajkrém ízesített 25% zsírt.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09		
		Kifli, korpás	340,67	81,50	2,85	0,54	0,24	15,50	0,94	0,45		
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
		Összesen:	4 146,25	991,92	40,50	37,07	10,78	105,85	14,41	3,46		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

