



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 (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		
	Harcspástétom 130g	217,62	52,06	0,00	4,74	0,64	0,92	0,04	0,23		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
	E Frankfurti leves ovi*	739,53	176,92	6,76	12,61	4,39	8,99	1,00	0,94		
	Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71		
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	U Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10		
	Kifli, vajas	629,01	150,48	4,87	1,56	0,79	26,91	1,40	0,47		
	Összesen:		4 199,49	1 004,65	30,13	29,15	8,98	147,76	26,14	3,19	
2024. 03. 19. kedd (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		
	Körözött túró	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,26	0,20		
	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		
	E Csontleves tésztabetétellel O*	159,92	38,26	1,91	0,88	0,13	5,65	0,00	0,29		
	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89		







2024. 03. 19. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Babfőzelék O*	1 015,04	242,83	13,93	4,39	0,53	36,62	0,00	0,50		
			Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
		U	Teljes kiőrlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90		
			Összesen:	5 414,00	1 295,21	53,05	37,81	14,99	166,22	26,06	5,75		
2024. 03. 20. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27		
			Teljes kiőrlésű sajtos pogácsa	1 377,73	329,60	8,80	19,20	6,30	30,40	1,76	1,36		
		E	Zöldborsóleves O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84		
			Borsos tokány O*	996,14	238,31	11,07	19,95	5,74	3,32	0,00	1,09		
			Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91		
			Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
		U	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		
			Összesen:	5 479,82	1 310,97	47,81	58,85	15,13	145,54	19,03	5,50		
2024. 03. 21. csütörtök	(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		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		





2024. 03. 21. csütörtök												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50	 		
	Tavaszi rizseshús (pulyka) O*	1 503,82	359,77	18,19	11,64	2,57	45,14	0,03	1,36			
	U	Babapiskóta	556,00	133,01	3,65	2,08	0,50	24,68	11,99	0,06	  	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:		3 740,75	894,91	38,86	29,52	7,25	115,37	12,20	3,53		
2024. 03. 22. 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	  		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Ribizke leves O*	673,24	161,06	1,43	1,06	0,60	20,61	9,43	0,05	     		
	Rántottcsirkemell sokmagos O*	1 027,63	245,84	19,51	10,59	1,27	17,84	0,00	0,93	  		
	Burgonyapüré Karfiolos O*	654,50	156,58	4,90	3,39	1,46	26,64	0,00	0,47			
U	Krémtúró vanilliás 90g	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04	 		
Összesen:		4 043,34	963,39	47,62	31,39	11,23	106,40	27,74	2,22			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

