



Tételes étlap 2024.03.25. - 2024.03.31.

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. 25. 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		
	Sertésmájkrém 65 g	160,00	38,28	2,21	2,40	0,83	0,97	0,00	0,31		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos O*	835,01	199,76	12,94	6,74	1,11	21,59	0,00	0,86		
	Tejbedara O*	941,30	225,19	8,68	3,20	1,63	40,27	14,99	0,27		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	U Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
	Összesen:	4 497,33	1 071,99	38,50	22,39	10,35	158,74	46,62	2,64		
2024. 03. 26. kedd (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		
	Soproni felvágott	209,92	50,22	2,06	4,62	1,72	0,05	0,00	0,00		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,03	1,03		





2024. 03. 26. kedd		(00481) Gyermek (4-6 év)											
E	Zöldséges combragu O*	646,51	40,03	18,75	6,31	2,04	5,50	0,60	1,51				
	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80				
U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59				
Összesen:		4 821,25	1 038,77	50,94	37,08	11,12	151,01	10,39	5,20				
2024. 03. 27. szerda		(00481) Gyermek (4-6 év)											
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27				
	Teljes kiőrlésű tökmagos pereg	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29				
E	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01				
	Hentes tokány (s.lapocka) O*	982,86	232,50	11,63	19,35	6,25	3,35	0,02	1,04				
	Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,77				
	Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53				
U	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14				
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39				
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03				
Összesen:		5 238,96	1 250,72	45,50	39,14	14,53	168,05	19,33	4,47				
2024. 03. 28. 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				
	Baromfi párizsi sajttal	153,82	36,80	2,66	3,16	1,02	0,19	0,10	0,40				
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70				





2024. 03. 28. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Gombaleves O*	366,09	87,58	1,51	6,05	1,29	6,63	0,34	0,84	
			Panírozott tőkehal sajttal*O	385,92	92,33	0,00	10,21	1,16	0,00	0,00	0,00	
			Zelleres Burgonyap. ovi*	854,53	204,43	5,84	4,63	2,09	34,07	0,00	0,54	
		U	Vajkrém natúr, 20% zsír.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14	
			Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	
			Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70	
			Összesen:	3 624,29	867,05	26,32	37,64	12,45	102,79	9,87	4,03	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

