



Tételes étlap 2021.04.05. - 2021.04.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.04.06. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	Margarin Light	127,91	30,60	0,00	3,00	0,84	0,00	0,00	0,07		
	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	 	
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60	 	
	E Karfiollevés O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,80		
	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	0,40		
	U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
Összesen:	4 766,49	1 140,31	45,25	39,52	16,43	124,74	13,94	4,09			
2021.04.07. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávé ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27	 	
	Túrókrém zöldfűszeres O*	159,04	38,05	3,43	2,24	1,47	0,98	0,97	0,23	 	
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
	E Csontleves tésztabetéttel O*	158,58	37,94	1,83	0,82	0,03	5,80	0,00	0,87	 	
	Mexikói tésztaegyál ovi*	1 669,58	399,42	18,82	13,33	4,79	50,58	1,57	1,94	 	
	U Mákos madárka	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58		





2021.04.08. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)		2021.04.09. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)								
U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
	Összesen:	4 780,09	1 046,51	48,07	25,80	10,39	169,16	14,06	5,03	
T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15	
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05	
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12	
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
E	Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85	
	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89	
	Kelkáposzta főzelék O*	639,54	153,00	6,33	4,25	0,47	21,97	0,00	0,70	
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
U	Puding habos 175 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Összesen:	4 009,88	959,29	37,87	38,25	9,51	111,24	11,45	5,44	
T	Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30	
	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
	Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06	
E	Gyümölcsleves O*	359,39	85,98	0,25	0,10	0,00	20,60	10,99	0,15	





2021.04.09. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38		
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
		Körtebefőtt, hámozott darabolt	242,54	58,02	0,18	0,00	0,00	14,22	8,46	0,01		
	U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
		Összesen:	5 672,76	1 260,04	47,09	40,52	17,12	173,77	22,01	8,35		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

