







Tételes étlap 2024.04.01. - 2024.04.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 02. 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		
	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
	E Legényfogó leves O*	462,09	110,55	8,22	5,40	1,47	7,07	0,20	0,51	 	
	Gránátos kocka O*	1 608,82	384,88	11,40	9,69	1,24	62,23	0,00	0,98	 	
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
	U Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
	Összesen:	4 240,48	1 014,46	32,53	36,35	9,83	133,42	10,13	6,44		
2024. 04. 03. szerda (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% zsír.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Olasz felvágott	266,25	63,70	1,92	3,53	2,40	0,15	0,08	0,24	 	
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60	 	
	E Tavaszi leves O*	234,21	56,03	1,40	3,00	0,33	5,42	0,02	0,97		
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		





2024. 04. 03. szerda		(00481) Gyermek (4-6 év)										
E	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
U	Mákos madárka	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	Összesen:	4 712,77	1 114,32	38,44	37,11	11,78	143,48	14,72	7,05			
2024. 04. 04. csütörtök		(00481) Gyermek (4-6 év)										
T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27	 		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06			
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
E	Karfiolleves O*(piros)	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41			
	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89			
	Tökfőzelék O*	563,51	134,81	3,47	5,45	1,82	17,54	1,66	0,66	 		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58			
U	Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66			
	Összesen:	5 595,56	1 338,65	48,78	56,34	22,98	133,31	9,26	5,77			





2024. 04. 05.

péntek

(00481)

Gyermekek (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		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	E	Orjaleves tésztabetéttel O*	271,67	64,99	2,75	2,12	0,28	8,69	0,00	0,42	
		Mediterán pulykatokányO*	817,93	190,20	17,23	12,04	3,32	4,31	0,17	2,22	
		Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30	
		Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53	
	U	Vajkrém natúr, 20% zsírt.	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	
		Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60	
	Összesen:		4 541,20	1 080,94	49,65	43,41	15,52	120,84	1,51	6,47	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

