



Tételes étlap 2022.04.11. - 2022.04.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.04.11. hétfő (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Margarín Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
	Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Jókai bableves I*	2 282,24	545,99	20,41	31,56	12,43	35,28	0,86	2,25		
	Szilvás gombóc mir I*	964,84	230,82	2,56	9,51	1,06	33,47	14,99	1,27		
	Vaniliasodó aranyg. I*	707,39	77,02	6,50	2,86	1,55	29,18	10,69	0,42		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
Összesen:	6 907,80	1 560,37	54,44	66,78	26,36	182,19	30,36	7,78			
2022.04.12. kedd (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	E Sajtgombóc leves I*	595,59	142,48	5,58	7,16	1,72	13,55	0,00	1,88		
	Grill virsli I*	1 085,01	259,57	12,00	23,71	6,42	0,10	0,00	1,90		
	Parajfőzelék I*	798,35	152,17	8,37	9,24	1,50	18,37	0,00	1,18		
	Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81		





2022.04.12	(00482) Gyermek 17-19, 4-4	E	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
			Összesen:	5 198,63	1 204,86	45,95	52,39	16,84	142,10	27,96	7,43		
2022.04.13. szerda	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44		
			Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
		E	Zellerkrémleves mir. I*	526,59	116,27	2,70	7,69	1,24	11,10	0,34	1,18		
			Bakonyi tokány isk*	1 277,21	305,55	19,00	20,44	4,98	10,96	0,66	0,15		
			Pírtott zsemlecocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
			Tészta köret penne I*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,29		
			U	Kuglóf, kakaós	453,95	108,60	2,99	1,42	0,91	18,71	4,91	0,23	
		Összesen:	3 792,43	897,58	42,77	40,44	10,84	88,40	8,39	6,81			
2022.04.14. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Sajos tavaszi szelet	260,83	62,40	3,00	5,10	2,04	1,23	0,30	0,57		
			Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
		E	Tarhonyaleves I*	601,33	143,86	3,86	5,41	0,61	19,45	0,00	1,05		





2022.04.14. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 éves)	E	Sárgarépás Cukkinis Pulykaragl	958,52	225,57	17,43	15,24	3,36	5,25	0,00	1,07		
			Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,60		
		U	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
			Összesen:	5 382,26	1 283,88	46,08	44,99	11,80	164,62	4,77	5,51		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

