



Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 08. hétfő (00482) Gyermek (7-10 év)	T Margarín, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Turista felvágott	133,90	32,03	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,00		
	Kenyér teljes kiörlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
	E Palócleves mir I*	845,24	202,21	9,38	11,66	3,46	14,43	0,83	1,55		
	Mákos nudli I*	2 665,46	637,67	16,20	21,78	3,59	91,11	9,99	3,45		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	5 754,92	1 376,77	44,17	46,93	12,34	182,60	14,46	7,03		
2024. 04. 09. kedd (00482) Gyermek (7-10 év)	T Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Lebbencsleves I*	536,47	128,34	3,11	4,38	0,61	18,71	0,10	0,81		
	Zsályás csirkemell csíkok I*	516,54	123,57	19,81	4,52	0,62	0,77	0,00	0,55		
	Finomfőzelék I*	1 011,53	241,99	10,54	7,38	1,32	32,74	1,20	1,42		
	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		





2024. 04. 09		00482											
2024. 04. 10. szerda	(00482) Gyermekek (7-10 év)	U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65		
			Összesen:	5 060,26	1 210,58	55,11	29,68	7,95	171,08	17,36	5,28		
2024. 04. 11. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Kuglóf, kakaós	453,95	108,60	2,99	1,42	0,91	18,71	4,91	0,23		
		E	Csirkebecsinált leves I*	761,29	182,13	11,03	8,60	1,21	14,66	0,04	0,57		
			Mexikói tésztaegytag isk	1 063,10	254,33	13,69	15,45	6,02	14,89	0,08	2,35		
			Tészta köret penne I*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,29		
		U	Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	1 377,73	329,60	8,80	19,20	6,30	30,40	1,76	1,36		
	Összesen:	3 664,84	876,76	36,51	44,90	14,47	78,66	6,79	4,80				
2024. 04. 11. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Sajtos tavaszi szelet	260,83	62,40	3,00	5,10	2,04	1,23	0,30	0,57		
			Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Paradicsom leves I*	818,49	162,95	3,98	8,12	0,92	26,44	7,99	1,29		
			Gyros fűsz. csirkecomb. I*	813,78	74,95	19,24	12,26	2,07	1,62	0,00	1,00		
			Burgonyapüré I*	1 269,01	303,59	8,04	6,98	3,19	51,21	0,00	0,71		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98		
		U	Tejberizs kis poharas 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	Összesen:	5 725,57	1 211,28	53,99	50,07	14,73	170,61	40,80	7,35				





2024. 04. 12. péntek (00482) Gyermek (7-10 év)	<b>T</b>	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Szel. gouda sajt (kg)	373,38	89,33	6,24	6,86	3,84	0,56	0,00	0,51	
		Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	0,43	0,75	
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
	<b>E</b>	Tarhonyaleves I*	601,33	143,86	3,86	5,41	0,61	19,45	0,00	1,05	
		Sárgarépás zöldsége Pulykar I*	941,89	222,05	17,31	15,01	3,34	4,92	0,00	1,42	
		Párolt rizs I*	1 448,52	346,54	6,49	7,70	0,90	62,43	0,01	0,41	
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
	<b>U</b>	Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85	
		<b>Összesen:</b>	<b>5 566,71</b>	<b>1 328,48</b>	<b>48,26</b>	<b>48,37</b>	<b>14,15</b>	<b>159,39</b>	<b>3,65</b>	<b>6,13</b>	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

