



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 (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		
	Turista felvágott	100,42	24,02	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,00		
	Kenyér teljes kiörlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	E Palócleves mir O*	647,38	154,88	7,64	8,68	2,71	11,16	0,66	1,25		
	Mákos nudli O*	2 141,89	512,41	13,46	14,07	2,26	80,26	7,99	2,46		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	4 929,58	1 179,32	38,24	34,30	9,76	168,52	20,00	5,73		
2024. 04. 09. 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		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lebbencsleves O*	314,10	75,14	1,87	2,27	0,34	11,54	0,08	0,62		
	Zsályás csirkemell csíkok O*	387,41	92,68	14,86	3,39	0,47	0,57	0,00	0,41		
	Finomfőzelék O*	757,08	181,12	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,81		





2024. 04. 09. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
		U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,00	0,09	
			Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
			Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Összesen:	2 936,98	702,62	37,14	19,27	5,25	91,97	10,29	3,90		
2024. 04. 10. 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		
			Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19		
		E	Csirkebecsinált leves O*	486,22	116,32	8,20	4,58	0,70	10,38	0,01	0,62		
			Mexikói tésztaegytaal ovi*	675,75	161,66	8,75	9,90	3,85	9,24	0,05	1,52		
			Tészta köret penne O*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,20		
		U	Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	1 377,73	329,60	8,80	19,20	6,30	30,40	1,76	1,36		
	Összesen:	3 563,75	852,57	35,98	39,18	13,91	86,73	15,90	4,16				
2024. 04. 11. csütörtök	(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		
			Sajtos tavaszi szelet	173,89	41,60	2,00	3,40	1,36	0,82	0,20	0,38		
			Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83		





2024. 04. 11. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)		E	Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	56,22	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77		
			Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
		U	Tejberizs kis poharas 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
			Összesen:	5 112,72	1 097,54	53,18	40,38	13,04	157,25	36,12	6,35		
2024. 04. 12. péntek (00481) Gyermekek (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		
			Szel. gouda sajt (kg)	298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41		
			Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23		
			Sárgar. zöldség Pulykaragu O*	721,27	170,36	13,00	11,58	2,54	3,83	0,00	1,16		
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		U	Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
			Összesen:	4 571,23	1 091,40	38,66	38,00	11,73	134,50	11,27	5,79		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

