



Tételes étlap 2022.04.18. - 2022.04.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.04.19. kedd (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Harcsapástétom különféle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tönköly kenyér	666,71	159,50	5,83	1,35	0,43	28,13	0,21	3,86		
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	E Paradicsom leves I*	818,49	162,95	3,98	8,12	0,92	26,44	7,99	1,29		
	E Gyros fűsz. csirke hús I*	1 070,49	256,10	19,66	18,86	2,84	1,63	0,00	1,40		
	E Burgonyapüré I*	1 274,87	275,87	8,06	6,98	2,07	51,21	0,00	0,97		
	E Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
	U Bukta	1 458,82	349,00	7,47	7,54	2,79	61,61	20,65	0,63		
	Összesen:	5 587,85	1 274,83	46,55	42,97	9,05	184,59	36,84	9,38		
2022.04.20. szerda (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		
	T Párizsi sertés	294,69	70,50	3,00	6,33	2,16	0,66	0,15	0,60		
	T Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81		
	T Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Zöldségkrémleves I*	594,67	142,27	2,87	8,91	2,03	12,53	0,85	3,09		
	E Bolognai Spagetti I*	2 841,11	649,02	30,88	32,26	10,54	65,66	0,00	3,24		
	E Levesgyöngy	184,03	44,03	0,67	3,05	0,37	3,42	0,00	0,08		





2022.04.21. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	U	Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	1 384,42	331,20	6,84	8,54	6,30	38,94	6,39	0,48	
			Összesen:	6 208,18	1 454,55	50,36	65,63	23,52	151,10	7,97	8,43	
		T	Sajtkrém	179,32	42,90	1,14	3,60	2,34	1,50	1,50	0,45	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
			Retek - piros	6,09	1,46	0,12	0,01	0,00	0,22	0,00	0,02	
		E	Csirkebecsinált leves I*	707,56	169,27	10,70	8,57	1,21	11,77	0,05	1,29	
			Vagdalt I*	1 593,26	381,16	17,52	26,68	7,79	17,15	0,16	1,08	
			Zöldbabfőzelék I*	906,43	216,85	7,61	9,63	2,73	24,28	0,92	0,82	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
		U	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
			Összesen:	6 628,47	1 585,76	59,35	64,57	19,02	184,70	4,23	6,68	
2022.04.22. péntek	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		E	Daragaluska leves isk*	583,04	139,48	3,54	5,70	0,73	18,27	0,01	0,93	
			Marokkói csirkeragu I*	996,59	54,02	22,49	8,79	1,60	16,99	0,00	0,30	





2022.04.22. péntek (00482) Gyermek (7-10 évesek)	E	Bulgur köret I*	1 574,27	376,62	11,10	8,65	1,06	68,55	0,01	2,00		
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
		Összesen:	6 719,34	1 419,18	59,11	45,59	11,85	220,82	15,45	5,45		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

