



Tételes étlap 2021.04.19. - 2021.04.25.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.04.19. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
		Harcspástétom 130g zöldfűszer	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E	Jókai bableves O*	1 819,64	435,32	15,93	25,67	10,03	27,30	0,70	2,51		
		Tejbeköles, Kakaós porcukor O*	970,38	159,35	8,14	3,64	1,65	41,43	11,49	0,40		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
U	Teljes kiörlésű sonkás tekercs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90			
Összesen:			5 899,45	1 338,55	40,94	44,26	20,49	166,85	26,14	4,92		
2021.04.20. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
		Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64		
		Kápia paprika	16,38	3,92	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		
		Sonkás Brokkoli felfújt B*	1 507,62	360,67	21,44	22,28	10,13	18,14	9,33	2,60		





21.04.:													
2021.04.21. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Fonott kalács	754,49	180,50	5,24	2,44	1,55	30,15	5,03	1,75		
			Összesen:	3 894,71	812,78	41,94	37,15	16,95	100,67	20,32	6,27		
		T	Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27		
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E	Zöldségkrémleves O*	484,27	115,85	2,24	7,38	1,61	10,00	0,64	2,08		
			Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06		
			Bolognai Spagetti O*	2 044,08	467,11	21,72	22,61	7,07	49,07	0,00	2,18		
U	Korpovit keksz	18 440,00	4 411,48	144,29	135,00	13,47	603,00	59,94	0,00				
	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08				
	Összesen:	23 753,72	5 563,73	193,53	188,57	29,64	747,23	88,04	7,31				
2021.04.22. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	1 384,42	331,20	6,84	8,54	6,30	38,94	6,39	0,48		
		E	Csirkebecsinált leves O*	453,78	108,56	7,97	4,58	0,70	8,52	0,04	1,10		
			Kakukkfűves Csirkemell O*	1 143,07	273,46	31,55	15,28	2,82	2,16	0,01	1,15		
			Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62		





2021.04.22. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)		E	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56			
		U	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30	 		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23			
			Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	5 730,33	1 273,83	74,83	46,45	17,36	140,30	9,71	6,71			
2021.04.23. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)		T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15			
		E	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
			Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	  		
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56			
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
			Daragaluska leves ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86	  		
		U	Marokkói csirkeragu O*	750,78	41,32	16,89	6,60	1,20	12,89	0,00	0,23			
			Bulgur köret o*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	1,50			
			Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01			
			Teljes kiőrlésű tökmagos percc	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29			
Összesen:			5 058,27	1 067,90	47,75	28,75	7,27	179,40	19,36	5,24				

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető



