



Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

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. 15. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,91	36,58	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		
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
	Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E Sárgaborsó leves sertés O*	923,50	220,93	14,75	9,61	2,06	18,56	0,17	1,10		
	Tejbedara O*	941,30	225,19	8,68	3,20	1,63	40,27	14,99	0,27		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07		
	U Sajtos stangli	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	3 108,96	743,76	32,46	19,23	5,16	107,30	39,95	2,86		
2024. 04. 16. kedd (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		
	Teljes kiörlésű sonkás tekercs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
	E Daragaluska leves ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86		
	Fasírt ovi*	1 418,16	339,27	10,78	24,58	5,23	18,20	0,17	1,03		
	Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		





2024. 04. 16. kedd												
(00481) Gyermekek (4-6 év)												
U	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	106,65	25,51	1,01	1,95	0,00	0,98	0,45	0,14			
	Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	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			
	Összesen:	6 206,47	1 484,80	48,90	58,17	20,11	150,93	5,84	6,63			
2024. 04. 17. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Vaniliás tej 2 dl ovi*	607,55	145,35	6,82	3,02	1,63	22,75	7,02	0,27	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
			Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06	
			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	Zöldségkrémleves O*	482,19	115,36	2,22	7,38	1,60	9,92	0,64	2,07		
		Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06		
		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		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
	Összesen:	6 680,48	1 455,99	55,67	45,27	13,37	222,29	23,10	6,36			





2024. 04. 18. csütörtök												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	10,03	0,38			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	E	Csontleves tésztabetéttel O*	159,92	38,26	1,91	0,88	0,13	5,65	0,00	0,29		
		Bolognai Szósz O*	850,17	181,48	9,88	15,89	4,70	4,97	0,00	0,58		
		Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67		
		Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00		
	U	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
Alma		145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
Összesen:		3 614,68	842,85	33,88	33,59	8,95	103,19	10,33	3,03			
2024. 04. 19. péntek												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13			
	Tojásos tonhalpástétom*O	246,49	58,97	4,06	4,49	1,23	9,03	0,00	0,09			
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12			
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
E	Zöldséges bableves O*	666,96	159,56	7,86	4,22	0,49	22,48	0,04	0,89			





2024. 04. 19. péntek	(00481) Gyermek (4-6	E	Almás-fahéjas gombóc*O	363,88	87,05	1,84	2,95	0,32	13,19	0,00	0,94		
			Vanillasodó O*	484,41	115,89	4,28	1,90	1,02	20,47	8,02	0,17		
		U	Pogácsa Tepertős	1 956,24	468,00	11,68	26,86	12,49	42,27	2,31	2,99		
			Összesen:	4 987,44	1 193,17	40,47	43,11	16,40	161,86	18,39	6,33		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

