






















Tételes étlap 2021.04.26. - 2021.05.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.04.26. hétfő (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Margarín Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Gulyásleves marhahússal I*	609,28	145,76	2,29	7,85	0,97	15,98	0,09	2,01		
	Szalagos Fánk I*	2 758,00	637,97	14,35	20,81	3,40	102,93	39,92	0,16		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Összesen:	6 007,67	1 415,40	37,22	44,35	10,48	214,74	43,79	5,09		
2021.04.27. kedd (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Vajkrém natur	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Füstölt Edami sajt	292,60	70,00	5,20	5,40	3,60	0,16	0,00	0,00		
	kenyér teljes kiörlésű, szel.	494,67	0,00	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Csorba leves I*	1 380,25	330,20	12,84	25,02	7,69	12,86	0,66	3,03		
	Vagdalt I*	1 593,26	381,16	17,52	26,68	7,79	17,15	0,16	1,08		





2021.04.27. kedd		(00482) Gyermek (7-10 11-14év)											
E	Burgonya főzelék I*	1 330,70	318,35	7,09	9,76	2,02	49,36	0,50	1,51	 			
	Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70				
U	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48				
	Összesen:	6 862,63	1 519,51	60,78	75,27	25,87	171,55	5,37	8,47				
2021.04.28. 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				
	Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,00	  			
	Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13				
	Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
E	Vajgaluska leves I*	447,18	106,98	3,60	3,90	0,79	14,10	0,02	0,77	   			
	Tábornok csirkéje I*	1 121,08	246,30	22,19	6,22	0,60	30,54	24,30	4,01	 			
	Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,60				
U	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31				
	Összesen:	6 189,10	1 458,74	52,61	44,56	12,62	198,10	41,92	6,94				
2021.04.29. csütörtök		(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)											
T	Sertésmájkrém 65 g	14,76	3,53	0,18	0,28	0,09	0,08	0,00	0,02	   			
	Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81				
	Zöldhagyma csomós	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00				
E	Tárkonyos zöldség leves I*	410,36	98,17	1,90	7,67	1,63	5,20	0,61	1,85	 			
	Fokhagymás aprópecsenye I*	1 257,90	300,93	14,14	26,55	7,66	0,98	0,00	1,12				





2021.04.29. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	E	Lencsefőzelék I*	1 465,57	350,62	20,19	7,22	0,63	50,78	3,50	0,86		
			Tönköly kenyér	666,71	159,50	5,83	1,35	0,43	28,13	0,21	3,86		
			Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
		U	Teljes kiőrlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
			Összesen:	6 323,40	1 512,78	57,01	61,75	20,87	155,93	12,69	8,96		
2021.04.30. péntek	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T	Csicseriborsókrém I*	527,49	3,55	8,00	1,56	0,22	19,91	0,00	1,21		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Karalábéleves I*	421,82	100,91	2,27	5,80	0,65	9,68	0,00	0,92		
			Vadas pulyka csíkok I*	1 231,55	294,63	19,67	14,79	4,83	20,15	5,82	1,88		
			Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,79		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
			Összesen:	6 133,74	1 344,75	63,44	37,30	11,71	206,41	16,56	7,85		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

