



Tételes étlap 2022.04.25. - 2022.05.01.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.04.25. 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		
	Margarin 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		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Gulyásleves marhahússal O*	360,85	86,33	1,54	4,02	0,53	10,66	0,08	1,37		
	Derelye klf mir. ovi	2 690,88	643,75	15,51	20,33	2,11	97,32	19,98	5,50		
	Vaniliás tejföl	420,62	100,63	1,89	8,40	5,25	4,01	4,01	0,07		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
	Összesen:	5 770,07	1 285,72	32,98	49,25	14,49	186,04	36,95	9,93		
2022.04.26. 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 natur	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Szel. Edami sajt 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		





2022.04.26. kedd		(00481) Gyermek (4-6 év)										
E	Csorba leves O*	1 056,55	252,76	9,58	19,36	6,00	9,64	0,50	1,81			
	Vagdalt O*	1 308,73	313,09	13,68	21,83	6,07	14,97	0,12	1,01			
	Burgonya főzelék O*	939,29	224,71	5,13	6,23	1,32	36,17	0,33	0,81			
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
U	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23			
	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48			
	Összesen:	6 621,33	1 483,06	58,92	63,18	22,54	184,75	6,56	7,75			
2022.04.27. szerda		(00481) Gyermek (4-6 év)										
T	Tejeskávé ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27			
	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 O*	383,49	91,74	3,38	3,35	0,65	11,77	0,01	0,13			
	Tábornok csirkéje O*	799,04	174,73	16,59	4,48	0,44	20,88	16,20	2,87			
	Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,40			
U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82			
	Összesen:	6 101,72	1 346,25	56,52	37,85	11,78	207,27	31,63	5,74			





2022.04.28. csütörtök													
(00481) Gyermek (4-6 év)													
2022.04.28. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
			Teljes kiőrlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
		E	Tárkonyos zöldség leves O*	267,49	63,99	1,32	4,81	1,05	3,74	0,41	1,24	 	
			Fokhagymás aprópecsenye O*	977,74	233,91	10,59	20,84	5,85	0,70	0,00	0,89		
			Lencsefőzelék O*	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,82	 	
			Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Sertésmájkrém 65 g	14,76	3,53	0,18	0,28	0,09	0,08	0,00	0,02	 	
			Olivás stangli	1 038,73	248,50	7,46	3,36	2,24	40,74	3,17	1,07		
			Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00		
	Összesen:	6 299,97	1 410,10	56,43	53,36	21,33	169,94	19,52	7,86				
2022.04.29. 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		
			Csicseriborsókrém O*	399,19	3,51	6,02	1,21	0,17	15,02	0,00	1,00		
			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 O*	307,61	73,59	1,77	3,90	0,44	7,68	0,00	0,79	 	
			Vadas pulyka csíkok O*	945,71	226,25	14,75	12,14	3,82	14,04	3,66	1,47	 	





2022.04.29	(00481) Gyermek (14. évfolyam)	E	Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67	
		U	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31	
			Összesen:	5 307,77	1 177,81	49,39	37,27	12,28	168,19	31,25	6,62	



.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

