



Tételes étlap 2021.04.26. - 2021.05.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.04.26. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	<b>T</b> 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		
	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		
	<b>E</b> 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		
	Vaníliás tejföl	420,62	100,63	1,89	8,40	5,25	4,01	4,01	0,07		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	<b>U</b> 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:	6 302,32	1 507,73	40,39	48,49	14,01	218,11	37,52	10,01		
2021.04.27. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	<b>T</b> 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		
	Füstölt Edami sajt	292,60	70,00	5,20	5,40	3,60	0,16	0,00	0,00		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		





2021.04.27. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		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	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
		U	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48	
	Összesen:	6 036,02	1 248,36	56,41	63,95	23,33	152,58	4,84	6,51			
2021.04.28. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávés 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	0,72	
			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	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31	
			Összesen:	5 935,56	1 306,50	52,00	43,35	13,73	186,34	38,81	5,82	





2021.04.29. csütörtök	2021.04.29. 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 kiórlésű 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					
			Natúr sertés falatok O*	934,32	223,52	11,18	18,10	5,53	3,71	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					
			Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00					
		U	Sertés májkrém 65 g	14,76	3,53	0,18	0,28	0,09	0,08	0,00	0,02					
			Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64					
			Zöldhagyma csomós	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00					
	Összesen:	5 865,65	1 306,20	54,80	50,67	19,34	156,81	20,81	7,41							
2021.04.30. péntek	2021.04.30. 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					





2021.04.30	(00481) Gyermek (1. évfolyam)	E	Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67	
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82	
			Összesen:	5 473,93	1 217,56	53,91	31,77	10,33	189,12	24,07	7,13	

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

