



Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 29. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Fahéjas karamellás tej bölcsei	546,74	130,80	5,10	4,20	2,28	18,02	9,99	0,17		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	T Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	Natúr joghurt 150g 1,5%	164,84	39,44	3,36	1,47	1,05	2,94	2,52	0,11		
	E Tárkonyos raguleves b	426,49	102,03	6,45	5,13	1,60	7,24	0,33	0,61		
	Aranygaluska bölcsei*	1 440,74	344,67	10,31	14,12	3,37	44,65	7,00	0,06		
	Vaniliasodó bölcsei	375,68	89,87	3,42	2,80	1,52	12,66	4,00	0,11		
	U Májpástétom bölcsei	251,08	60,07	3,40	4,48	0,99	0,92	0,00	0,87		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	4 974,00	1 189,95	43,66	36,50	12,12	167,38	26,20	3,73		
2024. 04. 30. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 1,5dl bölcsei	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Tojásomlett bölcsei	518,42	124,02	5,66	10,71	2,52	1,09	0,15	0,15		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2024. 04. 30. kedd											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
E	Csirkemell sajtmártással*bölcs	627,90	150,22	17,28	6,17	2,31	6,41	0,25	0,24		
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50		
U	Körözött túró házi bölcsi*	184,01	44,02	4,25	2,37	1,55	1,37	1,09	0,33		
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
	Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00		
	Összesen:	3 702,91	885,86	43,98	29,58	9,40	108,51	2,17	2,78		
2024. 05. 02. csütörtök											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
T	Gyümölcslé 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
E	Rántott csirkemell O*	1 053,37	252,00	20,31	9,20	1,21	21,68	0,00	1,03		
	Burgonyapüré bölcsi*	648,67	155,18	4,36	3,46	1,63	26,13	0,00	0,06		
	Vegyes friss saláta bölcsi	82,91	19,84	0,66	0,10	0,02	3,96	1,00	0,35		
U	Sajtkrémös zöldséges batyu B	966,86	231,31	9,29	6,82	2,55	32,95	1,19	0,83		
	Összesen:	3 898,52	932,66	45,19	26,54	9,20	124,80	2,44	3,26		





2024. 05. 03. péntek (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
		Zabkása (tejjel)B	548,35	131,19	5,61	3,82	1,73	18,36	2,00	0,13	 	
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Natúr joghurt 150g 1,5%	219,78	52,58	4,48	1,96	1,40	3,92	3,36	0,14		
	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	E	Tojásfasirt B*	604,45	144,60	5,51	8,01	1,08	12,34	0,12	0,58	 	
		Parajfőzelék mir. bölcsi	457,95	109,56	5,65	4,72	1,29	10,99	0,00	0,33	 	
	U	Kakaós-fahéjas csavart rúd B*	1 125,72	269,31	8,71	11,28	4,57	32,70	14,49	0,16	 	
		Összesen:	4 532,67	1 084,38	42,07	35,26	12,33	144,20	25,91	3,63		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

