



Tételes étlap 2022.05.02. - 2022.05.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.05.02. 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		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Frankfurti leves ovi*	806,93	193,05	7,96	13,43	4,24	10,07	0,67	1,12	   	
	Tejbeköles, Kakaós porcukor O*	970,38	159,35	8,14	3,64	1,65	41,43	11,49	0,40	     	
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Teljes kiőrlésű sonkás tekerecs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
	Összesen:	4 815,70	1 079,28	32,89	37,06	16,36	131,55	25,34	6,37		
2022.05.03. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 	
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05		
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E Citromos hús galuska leves O*	659,25	157,72	7,09	8,91	2,40	11,97	0,08	1,64	     	





2022.05.03. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Panírozott halrudak O*	902,04	215,80	7,44	13,68	1,06	14,56	0,00	0,00	
		Zöldborsófőzelék O*	980,96	195,86	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63	
		Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64	
	U	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46	
		Összesen:	6 612,57	1 446,07	61,72	55,90	17,09	184,55	19,25	5,93	
2022.05.04. szerda (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	
		Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66	
	E	Karfiollevés O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,80	
		Temesvári sertés ragu ovi	1 102,91	263,85	16,16	17,56	5,74	9,81	0,73	2,62	
		Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	
	U	Túrókrém zöldfűszeres O*	159,04	38,05	3,43	2,24	1,47	0,98	0,97	0,23	
		Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
		Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	Összesen:	5 154,92	1 010,15	51,76	46,72	20,76	128,27	4,82	5,71		
2022.05.05. csütörtök (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	
		Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30	
		Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
		Újhagyma	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	





2022.05.05. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Gyümölcsleves O*	410,02	98,09	0,63	0,26	0,00	22,82	10,99	0,16		
		Bácska Rizseshús O*	1 995,53	477,40	15,85	23,91	6,20	49,12	0,00	1,31		
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,62		
	U	Madárka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	4 319,38	1 033,34	30,42	29,78	8,57	153,83	26,27	3,69		
2022.05.06. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávés ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27		
		Vaj 100g-os	63,03	15,08	0,01	1,67	1,03	0,01	0,01	0,00		
		Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
		Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
	E	Gombaleves O*	366,09	87,58	1,51	6,05	1,29	6,63	0,34	0,84		
		Sváb sertéskaraj O*	1 028,09	235,00	18,18	15,92	3,37	7,17	0,00	1,30		
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	U	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
		Joghurt ital Real Nature	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	4 321,65	925,87	42,13	39,95	10,58	123,02	7,23	7,82		





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

