



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 06. hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Margarín, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Pulykamell sonka	135,43	32,40	3,60	1,50	0,48	0,78	0,39	0,66		
	Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96		
	E Frankfurti leves isk*	1 027,93	245,92	9,92	17,38	5,56	12,41	0,93	1,43		
	Mák szórát I*	878,56	210,18	3,60	12,00	1,50	20,39	12,92	0,01		
	Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,79		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
	Összesen:	5 858,99	1 401,67	41,93	60,30	16,90	163,00	15,86	6,49		
2024. 05. 07. kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Harcsapástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00		
	E Húsleves hús nélküli I**	418,13	100,03	3,65	3,66	0,42	12,84	0,01	1,06		
	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Almamártás I*	848,40	202,97	1,47	3,17	1,90	40,87	13,85	0,03		
	Búzakenyér	675,07	161,50	5,75	0,73	0,19	32,10	0,68	0,97		





2024. 05. 07.		00482										
2024. 05. 08. szerda	(00482) Gyermekek (7-10 év)	U	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40	
			Összesen:	4 144,50	991,52	41,73	27,33	9,48	133,71	18,23	4,03	
		T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00	
			Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		E	Daragaluska leves isk*	583,04	139,48	3,54	5,70	0,73	18,27	0,01	0,93	
			Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82	
			Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97	
		U	Teljes kiörlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90	
	Összesen:	5 917,40	1 391,55	45,36	54,83	16,90	166,31	17,40	7,81			
2024. 05. 09. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Turista felvágott	167,37	40,04	5,30	2,05	0,72	0,05	0,00	0,00	
			Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
		E	Tavaszi leves I*	356,12	85,20	2,01	4,94	0,54	7,68	0,02	1,18	
			Csirkeragu Budapest módra I*	1 215,29	184,31	26,36	15,78	3,64	11,47	0,18	0,96	
			Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,76	





2024. 05. 09.													
2024. 05. 10. péntek													
09.	(00482) Gyermek (7-10 év)	E	Lilahagym.savanyúkáposzta I*	216,71	51,85	0,96	3,86	0,42	3,24	0,00	0,45		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75		
		Összesen:		5 606,44	1 234,83	58,30	42,42	11,15	179,83	12,81	5,35		
péntek	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Vajkrém natúr, 20% zsír.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Mustáros pulykaragu leves I*	958,03	229,19	15,32	13,01	3,55	12,22	0,53	0,96	 	
			Zöldséges tallér I*	228,04	54,56	0,00	6,03	0,69	0,00	0,00	0,00		
			Sárgarépás rizs isk*	1 413,23	338,09	6,20	8,66	1,01	58,30	0,00	1,15		
			Tartármártás sulis*	1 674,78	400,67	1,72	42,19	7,79	2,84	2,32	0,31	 	
		U	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
Összesen:		6 246,24	1 488,44	42,19	83,61	20,17	138,15	5,59	5,49				

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

