



Tételes étlap 2021.05.10. - 2021.05.16.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.05.10. 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		
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44		
	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 Sárgaborsó leves O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	1,26	 	
	Darás metélt Ovi*	1 541,79	368,85	9,95	5,66	0,73	69,06	12,46	0,71	 	
	U Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
	Összesen:	4 827,64	1 154,93	35,87	31,74	12,36	154,76	23,17	7,74		
2021.05.11. 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		
	Harcspástétom 130g zöldfűszer	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Retek - piros	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
	E Húsleves O*	275,31	65,86	3,46	2,79	0,89	6,51	0,00	1,14	 	
	Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
	Meggymártás O*	504,45	120,68	0,83	0,51	0,00	26,93	9,99	0,01	 	





21.05.											
2021.05.12. szerda											
2021.05.13. csütörtök											
2021.05.12. szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	U	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40	
		Összesen:	2 982,61	616,48	37,73	18,52	8,11	90,68	13,63	3,06	
	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	
		Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05	
		Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00	
		Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	E	Zöldbableves ovi*	227,42	54,41	1,92	2,08	0,21	6,83	0,00	0,79	
		Chilis bab O*	1 776,55	411,87	18,22	21,77	6,03	38,54	0,00	3,84	
		Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
U	Teljes kiörlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90		
	Összesen:	5 219,60	1 235,56	37,70	41,96	14,30	159,66	26,92	6,51		
2021.05.13. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	
		Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82	
	E	Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85	
		Sertéssz. Budapest m. O*	909,38	217,55	21,31	10,78	1,50	8,53	0,00	0,94	
		Tört burgonya O*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,80	





2021.05.13. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Lilahagym.savanyúkáposzta O*	247,09	59,11	0,90	4,78	0,53	3,04	0,00	0,45		
	U	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Turista felvágott	133,90	32,03	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,00	 	
		Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13		
		Összesen:	5 676,91	1 261,04	59,95	35,67	9,76	182,77	20,40	5,38		
2021.05.14. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
		Vajkrém natur	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
		Trapista sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 	
		Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Pulykaraguleves mir. O*	799,51	191,27	11,45	9,87	1,94	13,87	0,01	1,14	 	
		Panírozott zöldségburger	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Sárgarépás rizs ovi*	1 164,81	278,66	5,16	6,74	0,78	48,94	0,00	0,89		
		Tartármártás ovi*	1 257,14	300,75	1,30	31,66	5,84	2,15	1,69	0,13	 	
	U	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Összesen:	5 703,03	1 234,40	44,40	67,88	19,52	139,04	13,84	6,00		





.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

