



Tételes étlap 2022.05.16. - 2022.05.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.05.16. 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		
	Füstölt Edami sajt	292,60	70,00	5,20	5,40	3,60	0,16	0,00	0,00	 	
	Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E Palócleves /konz/ ovi	669,61	160,19	7,79	8,79	2,74	12,21	0,70	1,25	 	
	Tejbedara szóráttal O*	1 244,01	200,55	9,37	4,01	2,11	55,64	29,97	0,27	 	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
	Összesen:	4 855,10	1 064,44	38,50	29,45	12,79	162,86	48,45	3,46		
2022.05.17. kedd (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		
	Tojáskrém O*	217,59	52,05	1,48	4,56	1,24	0,27	0,00	0,42	  	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Zöldhagyma csomós	1,08	0,26	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00		
	E Zabgaluskás leves O*	411,79	98,51	3,12	4,72	0,57	10,65	0,00	0,42	 	
	Paradicsomos húsgombóc O*	1 420,79	339,90	14,12	17,66	5,10	30,69	7,99	1,89	  	













2022.05.17. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Tört burgonya féladag ovi*	313,56	75,01	2,00	0,16	0,02	16,00	0,00	0,60						
			Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09						
		U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59						
			Összesen:	5 011,73	1 198,96	39,39	35,95	10,19	174,74	26,45	7,93						
2022.05.18. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27						
			Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19						
		E	Fahéjas Szilvaleves O*	408,65	97,76	0,59	0,02	0,00	23,13	9,99	0,06						
			Brokkoli-srúpás csirke ragú O*	649,82	155,46	15,46	8,53	3,21	4,10	0,16	2,23						
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,40						
		U	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30						
			Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56						
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01						
			Összesen:	3 818,75	690,48	37,45	22,79	8,55	136,41	25,24	4,02						
2022.05.19. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27						
			Tejes kiörlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50						
		E	Zöldborsóleves O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84						
			Gyros fűsz. csirke hús O*	786,81	89,79	15,79	13,24	2,06	1,25	0,00	1,16						
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99						





2022.05.19. csütörtök											
(00481) Gyermekek (4-6 év)											
<b>E</b>	Joghurtos sárgarépasaláta O*	144,66	34,61	0,52	0,29	0,09	7,28	3,30	2,07	 	
<b>U</b>	Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	Összesen:	5 634,78	1 152,53	49,85	38,58	14,44	178,60	32,05	8,19		
<b>2022.05.20. péntek</b>											
(00481) Gyermekek (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		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60	  	
<b>E</b>	Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23	 	
	Borsos tokány O*	1 019,03	238,31	11,32	20,00	5,75	4,32	0,00	1,16		
	Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	 	
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
<b>U</b>	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	Összesen:	4 797,34	1 045,16	44,59	46,28	14,91	132,72	25,44	7,31		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

