



Tételes étlap 2021.05.17. - 2021.05.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.05.17. 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 szórattal 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		
2021.05.18. 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		
		Újhagyma	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	 	
		Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89		





2021.05.18. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Tökfőzelék O*	550,82	131,77	3,36	5,44	1,82	16,93	1,66	0,66		
			Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
			Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
		U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59		
			Összesen:	5 042,07	1 206,22	37,95	42,90	13,39	162,50	29,52	7,15		
2021.05.19. 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-srépás 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, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	Összesen:	3 973,28	853,48	37,81	23,10	8,95	143,12	27,12	4,36				
2021.05.20. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávés ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27		
			Teljes kiörlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
		E	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		





2021.05.20. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	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		
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	U	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:		6 862,51	1 539,22	50,76	47,23	18,42	231,36	28,75	7,60		
2021.05.21. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	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		
		Magvas kenyér	538,38	128,80	4,70	1,01	0,21	24,44	0,58	0,76		
	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		
		Joghurtos sárgarépasaláta O*	144,66	34,61	0,52	0,29	0,09	7,28	3,30	2,07		
	U	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	Összesen:		4 455,51	870,41	45,25	38,00	10,92	131,29	28,98	8,17		





.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

