



Tételes étlap 2021.05.24. - 2021.05.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.05.25. kedd (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Margarín Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos I*	1 229,41	294,12	16,21	12,43	2,77	28,99	0,00	1,08		
	Diós tészta suli*	2 527,18	604,59	17,58	24,46	5,19	77,81	15,98	0,70		
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
	Összesen:	7 122,54	1 700,04	60,54	71,19	18,65	191,06	20,41	6,77		
2021.05.26. szerda (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44		
	Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Sajtgombóc leves I*	595,59	142,48	5,58	7,16	1,72	13,55	0,00	1,88		
	Kakukkfűves Csirkemell I*	1 144,73	273,86	31,56	15,28	2,82	2,24	0,01	1,15		
	Finomfőzelék I*	1 012,30	203,35	10,54	7,38	1,32	32,74	1,20	1,42		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		





2021.05.26	(00482) Gyermek 17 10 11	E	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
		U	Teljes kiőrlésű fahéjas csiga	1 697,08	406,00	6,59	9,73	6,57	55,22	22,82	0,50	
			Összesen:	6 603,98	1 446,40	74,70	46,35	15,21	190,78	26,00	6,93	
2021.05.27. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T	Vaj 100g-os	63,03	15,08	0,01	1,67	1,03	0,01	0,01	0,00	
			Kifli, teljes kiőrlésű	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	
		E	Fokhagyma krémleves I*	613,06	146,67	3,62	7,25	1,31	16,19	0,33	1,59	
			Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Édes-savanyú csmell csíkok I*	693,48	160,43	20,43	5,60	0,74	8,05	2,90	0,54	
			Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,60	
		U	Sós kalács 44 gr	606,94	145,20	4,76	1,44	0,47	26,89	2,01	1,56	
			Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
			Összesen:	4 167,15	865,42	43,59	28,20	6,97	139,31	6,29	5,09	





2021.05.28. péntek (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 
		Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70	
	E	Karalábéleves I*	421,82	100,91	2,27	5,80	0,65	9,68	0,00	0,92	 
		Mediterán pulykatokányl*	1 071,05	248,56	21,65	16,08	4,31	5,85	0,23	3,29	 
		Főtt burgonya isk*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,01	
		Káposztasaláta isk	223,67	53,51	1,68	0,23	0,03	10,85	5,00	0,73	
	U	Bukta	1 458,82	349,00	7,47	7,54	2,79	61,61	20,65	0,63	
		Összesen:	5 348,09	1 271,77	50,75	41,58	13,02	169,74	26,70	7,89	

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

