



Tételes étlap 2024.05.27. - 2024.06.02.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|--------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2024. 05. 27. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év) | R Tej 1,5dl bölcsi | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | Vajkrém ízesített 25% zsírt. | 90,29 | 21,60 | 0,50 | 2,00 | 1,30 | 0,40 | 0,25 | 0,09 | | |
| | Félbarna kenyér | 541,73 | 129,60 | 4,62 | 0,62 | 0,14 | 25,76 | 0,48 | 0,78 | | |
| | Zöldpaprika | 24,57 | 5,88 | 0,36 | 0,09 | 0,00 | 0,90 | 0,00 | 0,00 | | |
| | T Banán | 438,77 | 104,97 | 1,30 | 0,10 | 0,00 | 24,20 | 0,00 | 0,06 | | |
| | E Kakukkfűves apróhús B* | 716,27 | 171,36 | 8,82 | 14,74 | 4,58 | 0,64 | 0,00 | 0,87 | | |
| | Tökfőzelék mir. bölcsi | 783,30 | 187,39 | 3,83 | 3,28 | 1,01 | 15,75 | 1,92 | 0,10 | | |
| | U Sárgarépas szendvicsskrém B* | 258,73 | 61,90 | 3,80 | 4,58 | 2,61 | 1,02 | 0,00 | 0,37 | | |
| | Bagette 250gr | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Összesen: | 3 231,05 | 772,98 | 28,33 | 29,61 | 11,92 | 76,62 | 2,65 | 2,44 | | | |
| 2024. 05. 28. kedd (00480) Gyermek (1-3 év) | R Csipkebogyótea bölcsi | 87,99 | 21,05 | 0,06 | 0,01 | 0,00 | 5,08 | 5,00 | 0,00 | | |
| | Zalaikrém házi bölcsi | 362,40 | 86,70 | 4,85 | 7,20 | 3,11 | 0,62 | 0,38 | 0,80 | | |
| | Korpás Kenyér | 535,04 | 128,00 | 4,71 | 0,65 | 0,16 | 25,14 | 0,66 | 0,56 | | |
| | Jégcsap retek | 18,27 | 4,37 | 0,36 | 0,03 | 0,00 | 0,66 | 0,00 | 0,04 | | |
| | T Narancs | 173,11 | 41,41 | 0,60 | 0,20 | 0,00 | 8,50 | 0,00 | 0,01 | | |
| | E Csőben sült pulyka* bölcsi | 1 049,46 | 251,07 | 16,07 | 14,38 | 5,90 | 14,17 | 0,00 | 2,09 | | |





| 2024. 05. 28. kedd | | (00480) Gyermekek (1-3 év) | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|--|--|--|
| E | Párolt rizs B* | 901,77 | 215,73 | 4,02 | 4,79 | 0,56 | 38,87 | 0,00 | 0,50 | | | | | |
| U | Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír | 418,00 | 100,00 | 3,30 | 3,20 | 2,20 | 14,00 | 13,00 | 0,18 | | | | | |
| | Korpoovit keksz | 368,80 | 88,23 | 2,89 | 2,70 | 0,27 | 12,06 | 1,20 | 0,00 | | | | | |
| | Összesen: | 3 914,84 | 936,56 | 36,86 | 33,16 | 12,20 | 119,10 | 20,24 | 4,18 | | | | | |
| 2024. 05. 29. szerda | | (00480) Gyermekek (1-3 év) | | | | | | | | | | | | |
| R | Tej 1,5dl bölcsei | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | | | | |
| | Gabonagolyó kakaós | 238,14 | 56,97 | 1,50 | 0,30 | 0,06 | 12,00 | 3,74 | 0,12 | | | | | |
| | Margarin, csészés 32% zsírt. | 106,59 | 25,50 | 0,00 | 2,50 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | | | | | |
| | Tönköly kenyér | 414,66 | 99,20 | 3,96 | 0,52 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,64 | | | | | |
| | Uborka(kígyó) | 14,74 | 3,53 | 0,30 | 0,03 | 0,00 | 0,51 | 0,00 | 0,01 | | | | | |
| T | Banán | 438,77 | 104,97 | 1,30 | 0,10 | 0,00 | 24,20 | 0,00 | 0,06 | | | | | |
| E | Zabpelyhes-sajtos fasírt B | 866,09 | 207,20 | 13,10 | 10,75 | 2,71 | 14,26 | 0,00 | 0,83 | | | | | |
| | Karalábéfőzelék bölcsei* | 800,59 | 191,53 | 4,98 | 4,97 | 1,05 | 16,74 | 1,44 | 0,43 | | | | | |
| U | Tojásos tonhalpástétom*B | 398,70 | 95,38 | 7,02 | 7,14 | 1,96 | 17,96 | 0,00 | 0,13 | | | | | |
| | Félbarna kenyér | 541,73 | 129,60 | 4,62 | 0,62 | 0,14 | 25,76 | 0,48 | 0,78 | | | | | |
| | Retek hónapos | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| | Összesen: | 4 197,40 | 1 004,16 | 41,88 | 31,13 | 9,10 | 137,78 | 5,66 | 3,23 | | | | | |





| 2024. 05. 30. csütörtök | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| (00480) Gyermek (1-3 év) | | | | | | | | | | | |
| R | Tejeskávés bölcse | 455,29 | 108,92 | 4,58 | 3,75 | 2,04 | 14,12 | 6,77 | 0,15 | | |
| | Teljes kiőrlésű sajtos csomó | 779,57 | 186,50 | 5,00 | 3,13 | 1,75 | 29,51 | 4,91 | 0,43 | | |
| T | Körte | 221,51 | 52,99 | 0,40 | 0,30 | 0,00 | 12,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| E | Karfiolkrémleves mir. bölcse | 477,49 | 114,23 | 2,37 | 8,56 | 2,14 | 6,84 | 0,31 | 1,06 | | |
| | Bolognai Spagetti b | 1 612,31 | 366,01 | 17,12 | 16,75 | 5,41 | 41,15 | 0,00 | 0,89 | | |
| U | Túrókrém édes bölcse | 405,25 | 96,95 | 5,92 | 4,45 | 2,90 | 8,18 | 8,18 | 0,06 | | |
| | Kifli, tej | 307,15 | 73,48 | 2,46 | 0,59 | 0,24 | 13,85 | 1,03 | 0,25 | | |
| | Alma | 72,71 | 17,39 | 0,20 | 0,20 | 0,00 | 3,50 | 0,00 | 0,01 | | |
| | Összesen: | 4 331,28 | 1 016,47 | 38,05 | 37,73 | 14,48 | 129,15 | 21,20 | 2,86 | | |
| 2024. 05. 31. péntek | | | | | | | | | | | |
| (00480) Gyermek (1-3 év) | | | | | | | | | | | |
| R | Tej 1,5dl bölcse | 377,39 | 90,28 | 5,10 | 4,20 | 2,28 | 7,95 | 0,00 | 0,17 | | |
| | Szendvicskrém bölcse* | 468,51 | 112,08 | 4,31 | 9,64 | 4,43 | 1,79 | 1,15 | 0,53 | | |
| | Tönköly kenyér | 414,66 | 99,20 | 3,96 | 0,52 | 0,20 | 18,40 | 0,00 | 0,64 | | |
| T | Gyümölcsle 100%-os | 213,93 | 51,18 | 0,65 | 0,18 | 0,00 | 10,90 | 0,00 | 0,00 | | |
| E | Rakott burgonya bölcse | 1 170,06 | 279,92 | 10,99 | 14,98 | 5,94 | 24,81 | 0,66 | 0,64 | | |
| | Vegyes friss saláta bölcse | 82,91 | 19,84 | 0,66 | 0,10 | 0,02 | 3,96 | 1,00 | 0,35 | | |
| U | Májpástétom bölcse | 251,08 | 60,07 | 3,40 | 4,48 | 0,99 | 0,92 | 0,00 | 0,87 | | |
| | Félbarna kenyér | 541,73 | 129,60 | 4,62 | 0,62 | 0,14 | 25,76 | 0,48 | 0,78 | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|-----------------|---|---------|----------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|--|
| 2024. 05. 31 | (00480 , | U | Narancs | 173,11 | 41,41 | 0,60 | 0,20 | 0,00 | 8,50 | 0,00 | 0,01 | |
| Összesen: | | | | 3 693,38 | 883,58 | 34,29 | 34,92 | 14,00 | 102,99 | 3,29 | 3,99 | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

