

























Tételes étlap 2021.05.31. - 2021.06.06.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.05.31. hétfő	(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		
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
		Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E Gulyásleves O*	686,24	164,17	6,84	10,13	2,89	11,00	0,00	0,90		
		Szilvalekváros gombóc mir ovi*	807,56	193,20	2,04	9,46	1,06	24,73	9,99	0,88		
		U Teljes kiörlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
	Összesen:	3 560,01	847,76	20,69	39,73	15,30	80,40	23,55	3,12			
2021.06.01. kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T Epres tej O*	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		
		Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E Tárkonyos zöldség leves O*	267,49	63,99	1,32	4,81	1,05	3,74	0,41	1,24	 	
		Bolognai Spagetti O*	2 044,08	467,11	21,72	22,61	7,07	49,07	0,00	2,18	 	





2021.06.01	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
			Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	     	
			Összesen:	5 246,85	1 136,25	50,01	52,85	16,75	138,82	17,60	6,30		
2021.06.02. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27	 	
			Teljes kiörlésű sonkás tekercs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
		E	Csirkebecsinált leves O*	453,78	108,56	7,97	4,58	0,70	8,52	0,04	1,10	 	
			Grill virsli O*	684,21	163,69	7,80	14,86	4,11	0,07	0,00	1,24	    	
			Parajfőzelék ovi*	503,62	96,22	5,37	5,79	0,94	11,58	0,00	0,91	 	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		U	Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
			Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	Összesen:	5 507,50	1 196,27	47,77	47,48	18,98	135,30	9,61	8,30				
2021.06.03. csütörtök	(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		
			Tonhalas krém	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		





2021.06.03. csütörtök											
(00481) Gyermek (4-6 év)											
E	Lebbencsleves O*	304,68	72,89	1,80	2,13	0,25	11,39	0,00	1,08	 	
	Zöldborsós csirkemellcsíkok Ó.	778,15	186,16	20,61	7,94	2,14	7,79	0,80	0,95	 	
	Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,40		
	U Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
Összesen:		4 026,38	963,24	35,96	28,43	11,39	117,71	11,10	4,57		
2021.06.04. péntek											
(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		
	Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00		
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
E	Gyümölcsleves O*	359,39	85,98	0,25	0,10	0,00	20,60	10,99	0,15	    	
	Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38	 	
	Zelleres Burgonyap. ovi*	1 058,04	228,85	6,96	5,46	1,61	42,88	0,01	1,68	 	
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
U Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89			
Összesen:		5 868,47	1 282,60	45,16	43,22	12,14	189,58	40,89	5,81		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

