



Tételes étlap 2024.06.03. - 2024.06.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 03. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Kefír 140 gr	160,30	38,35	0,00	1,95	0,00	2,86	2,73	0,07		
	Trappista sajt, zsíros, félkem	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E Sertés vetreceB*	824,17	197,17	8,74	16,09	4,70	4,09	0,15	0,31		
	Tészta kör. szarvacska B*	729,78	174,59	6,00	3,68	0,51	29,16	0,00	0,44		
	U Húskrém csirke bölcsei	348,11	83,28	4,16	7,32	2,73	0,38	0,00	0,06		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	Összesen:	3 814,96	912,67	34,50	38,84	12,49	101,07	8,84	3,04		
	2024. 06. 04. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 1,5dl bölcsei	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	
Pulyka pizzasonka		92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
Margarin, csészés 32% zsírt.		106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
Félbarna kenyér		541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		





2024. 06. 04. kedd											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
E	Rakott kelkáposzta Bölcsi	964,02	230,63	15,26	10,53	3,25	19,24	0,66	0,82		
U	Zabpelyhes-almás túrókrém B*	102,10	24,43	1,78	0,82	0,50	2,43	1,37	0,02		
	Korpovit keksz	922,00	220,57	7,21	6,75	0,67	30,15	3,00	0,00		
	Összesen:	3 583,70	857,35	38,97	26,17	7,73	112,38	5,51	2,34		
2024. 06. 05. szerda											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Kakaó bölcsi	631,11	150,98	5,26	4,24	2,25	22,24	15,01	0,24		
	Diós krém B*	119,42	28,57	0,62	2,71	0,97	0,39	0,01	0,00		
	Fonott kalács	603,59	144,40	4,19	1,95	1,24	24,12	4,02	1,40		
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
E	Húsgombóc bölcsi	709,82	169,81	7,66	7,78	2,69	17,08	0,00	0,07		
	Paradicsom mártás bölcsi	665,98	137,42	3,78	5,05	0,54	24,47	5,99	0,30		
	Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10		
U	Tojáskrém B*	181,86	43,51	1,41	3,75	1,01	0,26	0,00	0,11		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	Összesen:	3 830,64	894,51	29,78	26,46	8,87	132,71	25,69	2,80		





2024. 06. 06. csütörtök													
2024. 06. 07. péntek													
2024. 06. 06. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
			Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
			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	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00		
		E	Palócleves mir B	770,30	184,28	8,36	12,04	5,44	10,57	0,44	1,09		
			Túrógombóc*B	1 282,62	306,85	18,52	10,36	4,55	34,57	6,28	1,12		
			Vaníliás tejföl	773,49	185,05	3,59	15,96	9,98	6,09	6,09	0,13		
		U	Harcspástétom 130g	272,02	65,08	0,00	5,93	0,80	1,15	0,05	0,29		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64				
	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01				
	Összesen:	4 738,86	1 133,70	42,70	52,05	23,19	116,96	18,34	4,58				
2024. 06. 07. péntek	(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		
			Gyümölcsös müzli	221,13	0,00	1,35	1,05	0,29	9,45	1,80	0,02		
			Vajkrém natúr, 20% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		





2024. 06. 07. péntek (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
	E	Natúr Csirkemell B.	478,36	114,44	13,03	5,19	0,65	3,77	0,00	0,68	
		Cukkinis sárgarépa főz *B	411,99	98,56	2,85	3,44	0,41	13,75	0,00	0,82	
	U	Gyümölcsjoghurt ital 100g 1%	313,50	75,00	2,80	0,80	0,50	13,30	13,30	0,00	
		Vajas pogácsa bölcsi*	1 087,82	260,24	6,75	14,45	6,54	26,35	0,00	0,68	
		Összesen:	3 788,86	853,51	37,65	33,05	12,76	112,93	15,96	3,30	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

