



Tételes étlap 2021.06.07. - 2021.06.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.06.07. 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		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 	
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Frankfurti leves ovi*	806,93	193,05	7,96	13,43	4,24	10,07	0,67	1,12	 	
	Darás metélt Ovi*	1 541,79	368,85	9,95	5,66	0,73	69,06	12,46	0,71	 	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85	 	
	Összesen:	5 481,10	1 307,35	40,10	39,02	14,14	185,50	26,88	5,64		
2021.06.08. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	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		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E Vajgaluska leves O*	383,49	91,74	3,38	3,35	0,65	11,77	0,01	0,72	 	





2021.06.08. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Zabpelyhes húsgombóc O*	1 428,55	314,38	15,00	19,67	5,84	25,75	7,99	1,88		
		Tört burgonya féladag ovi*	313,56	75,01	2,00	0,16	0,02	16,00	0,00	0,60		
		Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
	U	Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	Összesen:	5 350,98	1 155,69	43,44	51,81	22,17	133,25	21,37	7,81			
2021.06.09. szerda (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		
		Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	1 384,42	331,20	6,84	8,54	6,30	38,94	6,39	0,48		
	E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83		
		Panírozott halrudak O*	902,04	215,80	7,44	13,68	1,06	14,56	0,00	0,00		
		Mexikói párolt rizs O*	983,84	235,37	5,08	4,87	0,56	42,37	0,00	0,60		
	U	Ínyenc sertésmájás 48gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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:	4 852,04	1 041,81	34,64	35,35	10,49	154,68	13,27	3,09			
2021.06.10. 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		
		Csicseriborsókrém O*	399,19	3,51	6,02	1,21	0,17	15,02	0,00	1,00		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		





2021.06.10. csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Csurgatott tojás leves ovi*	306,24	73,26	2,31	4,94	0,82	4,81	0,11	0,99		
			Fokhagymás sertéssült O	616,92	147,59	12,68	10,43	2,37	0,57	0,00	0,72		
			Zöldborsófőzelék O*	980,96	195,86	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63		
			Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64		
			Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
	Összesen:	6 466,57	1 416,21	67,84	37,94	10,26	218,43	21,98	7,18				
2021.06.11. péntek	(00481) Gyermekek (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	Gyümölcsle O*	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Tarhonyáshús O*	1 652,62	395,36	22,77	14,32	3,06	43,37	0,00	2,09		
			Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98		
		U	Puding habos 175 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	2 717,51	553,05	33,97	19,69	6,09	81,73	14,08	5,53				

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

