



Tételes étlap 2022.06.06. - 2022.06.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.06.07. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Korpás zsemle	691,85	165,51	0,00	1,20	0,29	33,58	0,21	0,83		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Vajgaluska leves O*	342,46	81,93	3,24	2,64	0,46	11,06	0,01	0,12		
	Fokhagymás sertéscsíkok O*	800,74	191,56	10,61	16,20	5,32	0,61	0,00	0,50		
	Sárgaborsó főzelék O*	787,68	188,44	9,80	4,42	0,54	27,15	0,00	0,31		
	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	U Puding habos 175 gr	643,72	154,00	1,93	4,03	2,80	27,65	21,70	0,00		
	Összesen:	4 347,41	1 040,04	37,55	39,87	13,68	125,23	22,02	3,01		
2022.06.08. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Gabonagolyó kakaós	476,28	113,94	3,00	0,60	0,12	24,00	7,47	0,23		
	E Karfiolleves O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41		
	Panírozott halrudak O*	551,20	131,87	7,44	4,40	0,00	14,56	0,00	0,00		
	Tejfölmártás kapos O*	113,08	27,05	0,55	2,40	1,50	0,70	0,66	0,32		





2022.06.08. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Mexikói párolt rizs O*	839,07	200,73	4,28	4,84	0,55	34,62	0,00	0,40	
	U	Körözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,33	 
		Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90	
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
		Összesen:	3 518,00	841,62	33,64	21,53	5,93	124,79	10,92	2,86	
2022.06.09. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Tojáskrém O*	169,33	40,51	2,20	3,20	0,85	0,30	0,00	0,39	   
		Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64	
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
	E	Zellerkrémleves mir. O*	303,84	72,69	1,99	3,50	0,61	8,03	0,17	0,37	       
		Sertéssz. Budapest m. O*	786,52	188,16	19,09	8,54	2,34	8,47	0,00	0,46	
		Főtt burgonya ovi*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,27	
	U	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31	
		Összesen:	4 343,26	1 039,05	45,99	30,06	10,98	130,94	17,61	2,74	
2022.06.10. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 
		Kalács kakaós	729,41	174,50	5,83	2,64	1,69	27,25	1,77	0,43	   
	E	Tarhonyáshús O*	1 453,67	347,77	21,07	12,89	2,86	36,44	0,00	0,75	 
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33	





2022.06.10. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Csontleves tésztabetéttel O*	158,58	37,94	1,83	0,82	0,11	5,80	0,00	0,28		
	U	Tavaszi felvágott	155,50	37,20	1,88	3,06	0,88	0,56	0,10	0,44		
		Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		Összesen:	4 001,05	957,19	43,63	29,42	9,05	122,22	15,86	3,27		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

