



Tételes étlap 2024.06.03. - 2024.06.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 03. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Kenyér teljes kiörlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	E Legényfogó leves O*	462,09	110,55	8,22	5,40	1,47	7,07	0,20	0,51		
	Tejbedara O*	941,30	225,19	8,68	3,20	1,63	40,27	14,99	0,27		
	Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,63	0,45	0,20	17,26	17,00	0,07		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U 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		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	Összesen:	3 577,08	855,76	33,58	23,00	10,05	125,78	40,76	2,89		
2024. 06. 04. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	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		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		





2024. 06. 04. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)		T	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
2024. 06. 05. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Karfiolleves O*(piros)	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41		
		Panírozott halrudak O*	831,87	199,01	7,44	11,83	0,85	14,56	0,00	0,00		
	Tejfölmártás kapros O*	113,08	27,05	0,55	2,40	1,50	0,70	0,66	0,32			
	Mexikóis párolt rizs O*	1 056,23	252,69	5,48	4,89	0,56	46,24	0,00	0,40			
	U	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31		
		Összesen:	4 609,39	1 102,73	31,29	43,50	12,30	132,14	27,73	2,28		
2024. 06. 05. 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	Zellerkrémleves mir. O*	377,68	90,35	2,41	4,52	0,71	9,53	0,17	0,43		
	Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Budapestragu O*	1 001,42	239,57	19,71	13,81	3,90	8,76	0,00	0,69			
	Burgonya sós *O	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,61			
	U	Kőrözött túró házi ovi*	192,99	46,17	4,31	2,51	1,63	1,54	1,12	0,33		
	Kifli, graham	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	Összesen:	3 798,80	908,79	47,10	27,50	9,54	116,09	8,76	3,32			





2024. 06. 06. 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			
	Mustáros tojáskrém O*	167,54	40,08	2,23	3,11	0,81	0,41	0,00	0,40			
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
	E	Csontleves tésztabetéttel O*	159,92	38,26	1,91	0,88	0,13	5,65	0,00	0,78		
	Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17			
	Almamártás ovi*	645,92	154,53	1,14	2,56	1,52	30,62	10,68	0,02			
U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59			
Összesen:		3 227,48	772,13	37,93	19,55	8,12	104,20	17,15	2,86			
2024. 06. 07. péntek												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	10,03	0,38			
	Kalács kakaós	706,42	169,00	4,15	3,80	1,75	29,50	4,90	0,35			
E	Vajgaluska leves O*	341,80	81,77	3,24	2,64	0,60	11,06	0,01	0,12			
	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			
U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Tavaszi felvágott	155,50	37,20	1,88	3,06	0,88	0,56	0,10	0,44			
	Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68			





2024. 06. 07	(00481 ,	U	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
Összesen:				4 161,28	995,52	43,48	32,06	9,30	129,66	19,04	3,14	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

