



Tételes étlap 2024.06.10. - 2024.06.16.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 10. hétfő (00482) Gyermek (7-10 év)	T Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	0,43	0,75		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E Frankfurti leves isk*	1 027,93	245,92	9,92	17,38	5,56	12,41	0,93	1,43		
	Túrós derelye* isk	1 993,60	476,94	17,18	7,57	0,63	82,55	0,00	1,41		
	Vaníliás tejföl I*	408,87	97,82	1,89	8,40	5,25	3,31	3,31	0,07		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
Összesen:	5 343,26	1 278,30	43,51	45,44	18,10	158,50	8,38	5,73			
2024. 06. 11. kedd (00482) Gyermek (7-10 év)	T Túrókrém kapros I*	224,16	53,63	5,08	3,06	2,01	1,38	1,37	0,24		
	Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Zöldségleves (zöldbabos) I*	421,00	100,72	2,66	4,81	0,51	11,37	0,00	1,01		
	Szezámós cs.mell párizsiasan*I	1 077,86	257,86	27,85	11,84	1,44	9,68	0,00	1,41		
	Rizi-bizi mir. I*	1 416,80	338,95	9,15	6,01	0,68	61,59	0,01	0,61		
	U Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75		
Összesen:	5 134,97	1 228,47	58,74	34,58	8,31	175,20	13,38	4,58			





2024. 06. 12. szerda (00482) Gyermekek (7-10 év)												
2024. 06. 12. szerda (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Turista felvágott	133,90	32,03	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,00		
		Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
		Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Zabgaluskás leves I*	408,11	97,63	4,07	1,78	0,20	16,09	0,02	1,01		
		Milánói makaróni I*	749,73	148,70	11,51	10,32	1,80	10,72	0,55	3,68		
		Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,03	0,00	0,00	0,00		
	U	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10		
		Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
		Összesen:	2 696,70	614,48	28,75	25,36	8,08	68,90	4,60	6,46		
2024. 06. 13. csütörtök (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	213,30	51,03	2,01	3,90	0,00	1,95	0,90	0,27		
		Magvas kenyér	638,50	152,75	4,70	2,45	0,20	27,00	0,00	0,85		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Lebbencsleves I*	536,50	128,35	3,40	4,56	0,61	18,73	0,22	0,90		
		Kakukkfűves Csirkemell I*	825,73	197,54	25,41	8,52	1,11	4,62	0,01	0,98		
		Finomfőzelék I*	1 011,53	241,99	10,54	7,38	1,32	32,74	1,20	1,42		





2024. 06. 13.												
2024. 06. 14. péntek												
2024. 06. 13.	(00482) Gyermek (7-10 év)	E	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97	
		U	Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01	
			Összesen:	5 311,71	1 264,86	61,82	31,80	5,77	163,99	10,58	6,40	
2024. 06. 14. péntek	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78	
			Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		E	Ribizke leves I*	781,14	186,87	1,58	1,15	0,61	26,51	11,47	0,05	
			Gyros fűsz. csirkecomb. I*	813,78	74,95	19,24	12,26	2,07	1,62	0,00	1,00	
			Burgonyapüré I*	1 269,01	303,59	8,04	6,98	3,19	51,21	0,00	0,71	
			Fűszeres sárgarépa saláta I*	258,03	61,73	1,41	0,88	0,11	11,68	2,30	1,54	
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50	
			Összesen:	5 515,96	1 199,87	48,28	45,35	14,55	156,20	16,33	7,41	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

