



Tételes étlap 2022.06.13. - 2022.06.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.06.13. 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	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Legényfogó leves O*	462,09	110,55	8,22	5,40	1,47	7,07	0,20	0,51		
	Tejbedara szórattal O*	1 242,08	297,15	9,37	4,01	2,11	55,64	29,97	0,27		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Vajkrém natur	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:	3 842,11	915,24	36,98	26,44	12,12	130,20	40,70	3,09		
2022.06.14. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávé ovi	490,48	117,34	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27		
	Túrókrém kapros O*	117,69	28,16	2,57	1,65	1,08	0,72	0,72	0,22		
	Kifli, teljes kiőrlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		





2022.06.14. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Zabgaluskás leves O*	411,79	98,51	3,12	4,72	0,57	10,65	0,00	0,42			
			Milánói makaróni O*	1 791,63	428,62	23,37	14,98	4,63	49,68	0,35	3,34			
		U	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56			
			Összesen:	4 271,87	1 021,98	48,06	30,18	11,38	138,28	31,07	5,37			
2022.06.15. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01			
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
			Turista felvágott	100,42	24,02	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,00			
			Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07			
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
		E	Fejtett bableves O*	741,19	177,32	10,55	5,93	1,09	20,14	0,00	1,09			
			Tiroli rétes almás	1 269,05	303,60	4,65	7,02	4,76	43,02	18,40	0,36			
		U	Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15			
			Sós kalács 44 gr	606,94	145,20	4,76	1,44	0,47	26,89	2,01	1,56			
			Összesen:	3 528,08	844,04	27,26	22,47	9,52	116,24	21,12	3,34			
2022.06.16. 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			
			Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23			
			Focaccino 60g	807,58	193,20	6,80	0,88	0,25	38,40	1,26	1,38			
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			





2022.06.16. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85	 	
		Csirkemell párizsiasan O*	710,77	170,04	16,72	8,79	1,21	5,81	0,00	0,73	  	
		Rizi-bizi mir. O*	1 197,72	286,54	6,95	5,90	0,68	51,04	0,01	0,41		
	U	Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
		Összesen:	4 695,60	1 119,43	43,81	24,70	5,99	161,39	19,34	4,76		
2022.06.17. péntek (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		
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52	  	
		Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	E	Meggyleves mir. ovi*	737,56	176,45	1,90	3,46	1,88	33,25	20,42	0,42	 	
		Gyros fűsz. csirke hús O*	786,81	89,79	15,79	13,24	2,06	1,25	0,00	1,16	      	
		Burgonyapüré O*	951,89	227,72	6,46	3,93	1,21	40,67	0,00	0,72		
		Fűszeres sárgarépa saláta O*	192,79	46,12	1,03	0,73	0,09	8,59	1,70	1,15		
	U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
		Összesen:	5 275,91	1 163,73	46,66	40,75	16,43	150,95	23,48	6,85		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

