











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	(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		
		Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
		Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E Frankfurti leves ovi*	739,53	176,92	6,76	12,61	4,39	8,99	1,00	0,94		
		Túrós derelye* ovi	1 589,41	380,24	13,56	6,21	0,53	65,59	0,00	1,16		
		Vaníliás tejföl O*	344,46	82,41	1,62	7,20	4,50	2,48	2,48	0,06		
		U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
		Összesen:	4 555,42	1 089,81	35,39	36,92	15,38	139,73	15,12	4,91		
2024. 06. 11. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávés ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27		
		Túrókrém kapros O*	177,47	42,46	4,19	2,35	1,55	1,09	1,09	0,23		
		Kifli, teljes kiörlésű	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		
		E Zöldségleves (zöldbabos) O*	318,64	76,23	2,02	3,61	0,39	8,67	0,00	0,76		
		Szezámós cs.mell párizsiasan*O	808,40	193,40	20,88	8,88	1,08	7,26	0,00	1,06		
		Rizi-bizi mir. O*	1 162,64	278,14	6,95	4,98	0,57	51,04	0,01	0,41		





2024. 06. 11	(00481)	U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75			
			Összesen:	4 911,02	1 174,89	54,74	31,65	8,89	172,69	16,10	4,04			
2024. 06. 12. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcslé 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00			
			Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,00	0,09		
			Turista felvágott	100,42	24,02	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,00	0,00	  	
			Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,00	0,07		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,00	0,01		
		E	Zabgaluskás leves O*	384,99	92,10	3,28	3,93	0,50	10,65	0,00	0,00	0,43	 	
			Milánói makaróni O*	503,83	98,63	8,08	6,67	1,20	7,44	0,38	2,33			
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	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:	2 326,17	534,59	23,31	22,13	6,29	59,61	4,41	4,51			
2024. 06. 13. csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13	 		
			Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18			
			Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68			
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			





2024. 06. 13. csütörtök		(00481) Gyermekek (4-6 év)										
E	Lebbencsleves O*	314,12	75,15	2,02	2,36	0,34	11,55	0,14	0,66			
	Kakukkfűves Csirkemell O*	605,51	144,86	20,27	5,52	0,74	3,40	0,01	0,94			
	Finomfőzelék O*	757,08	181,12	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,81			
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58			
U	Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01			
	Összesen:	4 289,72	1 022,33	49,73	22,22	4,65	136,96	17,47	4,99			
2024. 06. 14. péntek		(00481) Gyermekek (4-6 év)										
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	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			
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
E	Ribizke leves O*	567,66	135,80	1,11	0,79	0,40	20,26	8,98	0,04			
	Gyros fűsz. csirkecomb. O*	652,04	56,22	16,00	9,58	1,65	1,25	0,00	0,77			
	Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59			
	Fűszeres sárgarépa saláta O*	192,95	46,16	1,03	0,73	0,09	8,60	1,70	1,15			
U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50			
	Összesen:	4 941,08	1 082,30	46,27	40,63	13,70	140,48	13,04	6,49			





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

