



Tételes étlap 2024.06.17. - 2024.06.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 06. 17. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Fahéjas karamellás tej bölcsi	546,74	130,80	5,10	4,20	2,28	18,02	9,99	0,17			
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,00	0,06		
			Fonott kalács	603,59	144,40	4,19	1,95	1,24	24,12	4,02	1,40			
		T	Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00			
		E	Rakott karfiol bulgurral B*	1 197,64	286,52	12,76	17,58	5,99	19,85	0,52	0,92			
			Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
		U	Körözött túró házi bölcsi*	184,01	44,02	4,25	2,37	1,55	1,37	1,09	0,33			
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
			Retek hónapos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Összesen:		3 722,70	890,60	32,30	29,79	11,90	117,47	16,10	3,67		
2024. 06. 18. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
			Kefír 140 gr	246,62	59,00	0,00	3,00	0,00	4,40	4,20	0,10			
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00			
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,00			
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
		T	Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01			





2024. 06. 18. kedd											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
E	Kukoricapelyhes csmeal b	824,11	197,15	15,16	6,26	1,57	19,70	0,00	0,32		
	Finomfőzelék bölcsi	709,80	169,81	8,45	5,54	1,57	21,16	0,00	0,48		
U	Tojáskrém B*	181,86	43,51	1,41	3,75	1,01	0,26	0,00	0,11		
	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	Összesen:	3 498,09	836,86	34,16	22,62	5,03	117,48	22,14	2,25		
2024. 06. 19. szerda											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
T	Körte	199,36	47,69	0,36	0,27	0,00	10,80	0,00	0,01		
E	Zöldborsós raguleves *B	693,32	165,87	8,93	9,75	2,83	10,25	0,00	0,53		
	Túrós palacsinta bölcsi	1 461,09	349,54	17,70	15,58	7,02	34,15	9,63	0,18		
U	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Kalocsai Rúd	452,70	108,30	3,19	1,47	0,96	17,88	1,37	0,74		
	Összesen:	4 123,20	986,40	42,95	38,09	15,44	112,67	16,76	2,69		





2024. 06. 20. csütörtök													
2024. 06. 21. péntek													
2024. 06. 20. csütörtök	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
			Kukoricapehely (corn flakes)	163,02	39,00	0,75	0,31	0,11	8,20	0,92	0,19		
			Vajkrém ízesített 25% zsírt.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09		
			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		
		T	Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01		
		E	Tojásfasírt B*	604,45	144,60	5,51	8,01	1,08	12,34	0,12	0,58		
			Parajfőzelék mir. bölcsi	457,95	109,56	5,65	4,72	1,29	10,99	0,00	0,33		
			Pírtott burgonya 100 g	532,98	127,51	2,50	3,93	0,45	20,00	0,00	0,11		
		U	Natúr joghurt 150g 1,5%	219,78	52,58	4,48	1,96	1,40	3,92	3,36	0,14		
	Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	688,87	164,80	4,40	9,60	3,15	15,20	0,88	0,68				
	Összesen:	3 822,07	914,37	34,17	35,74	11,20	111,57	6,01	3,09				
2024. 06. 21. péntek	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
			Trappista sajt, zsíros, félkem	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
		T	Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05		





2024. 06. 21. péntek (00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Eszterházy csirkeragu B*	464,59	111,15	13,14	5,15	1,57	2,85	0,50	0,35		
		Tészta köret Farfalle B.	760,72	181,99	6,80	4,78	0,68	27,72	0,00	0,77		
	U	Harcspástétom 130g	181,35	43,39	0,00	3,95	0,53	0,77	0,03	0,20		
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
		Újhagyma csomó 12%	13,50	3,23	0,18	0,02	0,00	0,73	0,00	0,00		
		Összesen:	3 693,37	883,58	41,17	27,55	9,61	113,64	1,49	3,65		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

