



Tételes étlap 2022.06.20. - 2022.06.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.06.20. 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		
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
	E Gulyásleves O*	535,45	128,10	7,70	5,80	1,27	10,90	0,00	0,50		
	Káposztás kocka O*	1 330,20	318,23	11,09	6,02	0,83	54,21	3,00	1,20		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
	Összesen:	4 692,98	1 122,72	33,63	38,08	12,64	142,55	27,59	3,82		
2022.06.21. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Teljes kiőrlésű túrós szívecsk	1 337,60	320,00	10,33	7,22	4,18	47,01	13,36	0,61		
	E Daragaluska leves ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86		
	Grill virsli O*	684,21	163,69	7,80	14,86	4,11	0,07	0,00	1,24		
	Sárgaborsó főzelék O*	787,68	188,44	9,80	4,42	0,54	27,15	0,00	0,31		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		





2022.06.21. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Vajkrém ízesített	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14					
			Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18					
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00					
			Összesen:	5 356,30	1 275,54	51,64	38,11	13,41	173,70	15,09	5,39					
2022.06.22. 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					
			Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40					
			Magvas kenyér	383,10	91,65	2,82	1,47	0,12	16,20	0,00	0,51					
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01					
		E	Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83					
			Tavaszi rizseshús O*	1 477,50	353,47	17,87	11,56	2,55	44,02	0,01	1,45					
			Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	8,40	0,00					
		U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65					
			Összesen:	4 809,22	1 128,63	35,80	33,28	8,04	166,10	27,65	3,95					
2022.06.23. 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 O*	219,40	52,49	2,77	4,31	2,21	0,16	0,00	0,28					
			Olivás stangli	1 038,73	248,50	7,46	3,36	2,24	40,74	3,17	1,07					
		E	Gyümölcsleves O*	410,02	98,09	0,63	0,26	0,00	22,82	10,99	0,16					





2022.06.23. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Csirkepaprikás O*	923,83	221,01	21,83	13,26	3,45	3,26	0,67	1,05		
		Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	U	Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
		Összesen:	5 520,93	1 320,80	51,86	41,33	19,43	155,40	27,62	6,34		
2022.06.24. 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		
		Szárnyasmájkrém 65g	566,74	135,59	2,97	13,20	0,00	0,10	0,00	0,89		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E	Karfiolleves O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41		
		Sárgarépás Cukkinis PulykaragO	746,31	174,80	13,33	11,48	2,53	5,17	0,00	0,84		
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
		Káposztasaláta ovi	175,87	42,07	1,41	0,17	0,03	8,65	4,00	0,31		
	U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
		Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
	Összesen:	5 415,80	1 291,91	45,10	44,18	7,54	174,39	4,75	5,71			





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

