



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 (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		
	Körözött túró	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,26	0,20		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E Gulyásleves O*	683,12	163,43	6,80	10,12	2,89	10,87	0,00	0,50		
	Krumplis tészta ovi*	1 603,21	383,54	11,60	9,61	1,22	62,32	0,08	1,48		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
	Összesen:	4 716,07	1 128,25	33,08	34,67	11,10	153,69	27,67	4,02		
2024. 06. 18. 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 kiörlésű 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*	666,67	159,49	7,80	14,39	4,06	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		
	Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		





2024. 06. 18. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
			Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	5 070,39	1 209,09	51,92	42,26	16,64	147,95	14,64	5,14		
2024. 06. 19. 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, csészés 32% zsírt.	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	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	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 (pulyka) O*	1 503,82	359,77	18,19	11,64	2,57	45,14	0,03	1,36		
		U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65		
			Összesen:	4 738,11	1 111,62	36,66	33,84	8,10	159,73	19,27	4,03		
2024. 06. 20. csütörtök	(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		
			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		





2024. 06. 20. csütörtök		(00481) Gyermekek (4-6 év)										
T	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Erdei gyümölcsleves O*	305,41	73,06	0,50	0,23	0,00	16,98	6,86	0,01			
	Borsos tokány O*	674,08	161,26	13,17	10,47	2,37	3,38	0,00	1,11			
	Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,77			
	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
U	Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66			
	Összesen:	5 088,74	1 217,40	42,58	38,46	18,35	145,63	20,86	4,03			
2024. 06. 21. 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			
	Szárnyasmájkrém 65g	340,04	81,35	1,78	7,92	0,00	0,06	0,00	0,53			
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
E	Fejtett bableves O*	759,48	181,69	10,89	8,26	2,29	15,59	0,40	0,55			
	Tiroli rétes túrós	1 544,93	369,60	9,62	12,00	8,07	41,58	16,68	0,42			
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:	5 392,10	1 289,97	41,83	42,35	14,99	167,29	18,96	2,93			





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

