



















Tételes étlap 2021.06.28. - 2021.07.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.06.28. 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	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Palócleves /konz/ ovi	669,61	160,19	7,79	8,79	2,74	12,21	0,70	1,25	 	
	Szilvás gombóc mir O*	2 639,24	631,40	15,85	12,37	1,06	110,86	14,99	0,78		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	6 368,82	1 519,72	46,68	35,90	9,54	236,42	29,41	5,40		
2021.06.29. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85	 	





2021.06.29. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89	
			Burgonya főzelék O*	939,29	224,71	5,13	6,23	1,32	36,17	0,33	0,81	 
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82	
	Összesen:	5 502,13	1 219,23	47,13	41,47	13,71	174,92	12,67	5,28			
2021.06.30. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 
			Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85	
		E	Fahéjas Szilvaleves O*	408,65	97,76	0,59	0,02	0,00	23,13	9,99	0,06	    
			Csirkepörkölt O*	746,92	178,69	17,23	10,76	1,79	2,99	0,00	0,69	
			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	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96	
	Összesen:	5 917,45	1 318,60	51,41	37,88	16,55	183,89	30,42	6,80			
2021.07.01. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Limonádé O*	190,49	45,57	0,05	0,01	0,00	10,91	9,99	0,00	
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Füstölt Edami sajt	292,60	70,00	5,20	5,40	3,60	0,16	0,00	0,00	 
			Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	





2021.07.01. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Zöldborsóleves O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84		
		Sárgarépás Cukkinis PulykaragO	746,31	174,80	13,33	11,48	2,53	5,17	0,00	0,84		
		Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,40		
	U	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
		Összesen:	4 379,61	917,98	39,38	37,44	12,11	134,89	35,00	3,35		
2021.07.02. péntek (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		
		Körözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,42		
		Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E	Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,00	1,32		
		Chilis bab O*	1 776,55	411,87	18,22	21,77	6,03	38,54	0,00	3,84		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
	U	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Összesen:	5 421,98	1 189,30	55,66	45,94	14,99	159,37	13,67	10,70		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

