



Tételes étlap 2022.06.27. - 2022.07.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.06.27. 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		
	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	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Palócleves /konz/ ovi	669,61	160,19	7,79	8,79	2,74	12,21	0,70	1,25	 	
	Szilvalekváros gombóc mir ovi*	456,72	109,26	2,04	0,18	0,00	24,73	9,99	0,39		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	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:	4 068,49	967,43	32,79	22,29	8,13	147,09	24,41	4,98		
2022.06.28. kedd (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		
	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06		
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
	Madár saláta	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85	 	





2022.06.28. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Kakukkfűves Csirkemell O*	803,71	85,85	17,91	11,38	3,14	4,40	1,01	1,00		
			Zöldborsófőzelék O*	980,19	234,50	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63		
			Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
			Összesen:	5 487,09	1 206,28	63,90	35,07	11,31	172,52	14,36	5,32		
2022.06.29. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27		
			Teljes kiőrlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85		
		E	Gyümölcsleves O*	410,02	98,09	0,63	0,26	0,00	22,82	10,99	0,16		
			Bolognai Spagetti O*	1 808,19	410,68	20,15	20,40	6,79	41,58	0,00	1,33		
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
			Összesen:	5 852,26	1 378,16	44,77	42,84	20,86	175,83	31,42	4,57		
2022.06.30. 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		
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
			Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
		E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50		
			Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38		





2022.06.30												
2022.06.30	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30	
		U	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56	
			Összesen:	4 685,98	1 121,03	44,35	45,05	14,85	131,00	34,76	4,23	
2022.07.01. 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	
			Kőrözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,33	
			Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
		E	Vajgaluska leves O*	342,46	81,93	3,24	2,64	0,46	11,06	0,01	0,12	
			Chilis bab O*	1 776,55	411,87	18,22	21,77	6,03	38,54	0,00	3,84	
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	
		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:	5 260,45	1 245,34	54,21	43,52	14,27	156,68	13,68	9,31	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

