



Tételes étlap 2024.06.24. - 2024.06.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 24. hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	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	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Palócleves mir O*	647,38	154,88	7,64	8,68	2,71	11,16	0,66	1,25		
	Szilvágombóc mir ovi*	1 597,61	382,20	12,39	2,36	0,00	75,49	0,00	0,39		
	Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	5 237,41	1 249,05	42,54	24,12	8,10	200,94	22,41	4,95		
2024. 06. 25. kedd (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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	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		
	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		





2024. 06. 25. kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Zöldségleves friss eperlevél*O	284,77	68,13	1,60	4,08	0,48	6,11	0,00	0,66		
			Kakukkfűves Csirkemell O*	605,51	144,86	20,27	5,52	0,74	3,40	0,01	0,55		
			Zöldborsófőzelék O*	980,19	234,50	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63		
			Kukoricás kenyér	407,55	97,50	3,41	0,43	0,11	19,48	0,50	0,53		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75		
	Összesen:	5 467,20	1 307,95	67,70	37,69	11,45	174,38	14,45	5,77				
2024. 06. 26. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	10,03	0,38		
			Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85		
		E	Szilvaleves *O	476,82	114,07	0,99	0,03	0,00	26,46	9,02	0,01		
			Bolognai Szósz O*	850,17	181,48	9,88	15,89	4,70	4,97	0,00	0,58		
			Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,38		
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		U	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		
			Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	Összesen:	5 470,13	1 286,73	45,64	39,12	13,51	177,53	29,31	3,30				





2024. 06. 27. csütörtök																
(00481) Gyermek (4-6 év)																
2024. 06. 27. 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					
			Vajkrém natúr, 20%zsírt. 27%áf	238,14	56,97	0,38	6,00	2,90	0,30	0,00	0,00	0,00				
			Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	0,49				
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	0,56				
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	0,03				
			E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50	0,50			
				Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38	1,38			
				Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99	1,99			
				Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	8,40	0,00	0,00			
				U	Krémtúró vanillás 90g	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04			
			Összesen:	4 647,94	1 111,92	48,91	45,23	15,78	124,91	24,51	5,12					
2024. 06. 28. péntek	(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 házi ovi*	192,99	46,17	4,31	2,51	1,63	1,54	1,12	0,33	0,33				
			Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68	0,68				
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	0,00				
			E	Vajgaluska leves O*	341,80	81,77	3,24	2,64	0,60	11,06	0,01	0,12	0,12			
				Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84	3,84			





2024. 06. 28. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 éves)	E	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	
		U	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
			Összesen:	4 535,43	1 071,89	45,51	38,21	12,92	135,10	11,08	7,72	



.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

