



Tételes étlap 2024.07.01. - 2024.07.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 07. 01. 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		
	Sertésmájkrém 65 g	192,00	45,93	2,65	2,88	0,99	1,17	0,00	0,37		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos (sertés) O*	981,16	234,73	12,22	11,23	2,67	20,85	0,00	0,89		
	Sonkás Pizza O*	1 391,66	313,22	16,84	10,12	4,25	43,27	2,61	3,07		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
	Összesen:	4 320,63	1 010,01	43,39	31,98	11,86	131,15	14,19	6,87		
2024. 07. 02. 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		
	Teljes kiőrlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	E Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83		
	Grill csirkemell O*	702,58	168,08	29,76	4,98	0,74	0,86	0,00	0,23		
	Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59		
	Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02		
	U Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68		







2024. 07. 02.		(00481) Gyermek (4-6 év)										
U	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	Összesen:	5 926,44	1 395,90	68,46	44,99	20,18	155,49	8,51	4,50			
2024. 07. 03. szerda		(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			
	Vaj 100g háromnegyed zsíros	47,28	11,31	0,01	1,25	0,77	0,01	0,01	0,00			
	Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70			
E	Zabgaluskás leves O*	384,99	92,10	3,28	3,93	0,50	10,65	0,00	0,23			
	Zöldséges combragu O*	646,51	40,03	18,75	6,31	2,04	5,50	0,60	1,51			
	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80			
U	Őszibarack	161,93	38,74	0,80	1,00	0,00	6,00	0,00	0,01			
	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	3 329,82	681,97	33,09	19,78	4,24	119,27	25,19	3,38			
2024. 07. 04. csütörtök		(00481) Gyermek (4-6 év)										
T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
	Bundás kenyér O*	1 326,26	317,29	6,24	20,62	2,63	25,83	0,48	1,01			
E	Húsleves O*	275,31	65,86	3,46	2,79	0,89	6,51	0,00	1,14			
	Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17			
	Meggymártás O*	665,33	159,17	1,00	0,64	0,00	35,97	15,02	0,02			





2024. 07. 04.													
2024. 07. 05. péntek													
2024. 07. 04.	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Graham kenyér	397,52	95,10	4,30	0,63	0,17	16,13	0,26	0,45	  	
		U	Mákos madárka	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58		
			Összesen:	4 663,96	1 115,78	44,76	37,08	9,26	141,62	31,96	3,64		
2024. 07. 05. péntek	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	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		
			Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E	Zellerkrémleves (friss) O*	200,28	47,91	1,69	1,23	0,66	7,30	0,44	0,56	      	
			Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06	  	
			Bakonyi sertésszelet O*	812,17	194,30	15,01	12,21	4,15	6,21	0,74	1,48	 	
			Tarhonya köret O*	1 127,81	269,81	10,23	6,73	0,98	41,78	0,01	1,11	 	
			Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,33		
		U	Puding habos 175 gr	643,72	154,00	1,93	4,03	2,80	27,65	21,70	0,00		
	Összesen:	4 905,55	1 173,57	48,62	36,77	12,49	158,09	30,76	5,14				

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

