



## Tételes étlap 2022.07.18. - 2022.07.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.07.18. 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		
	Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
	E Legényfogó leves O*	462,09	110,55	8,22	5,40	1,47	7,07	0,20	0,51		
	Zöldséges pillangó K*	3 194,98	764,35	31,71	23,29	9,58	105,81	3,77	3,20		
	U Őszibarack	242,89	58,11	1,20	1,50	0,00	9,00	0,00	0,01		
	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	5 803,28	1 388,34	59,36		17,89	183,13	14,51	5,87		
2022.07.19. kedd (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	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	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23		





















2022.07.19. kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Vagdalt (Stefania) O*	1 149,01	274,88	12,86	20,41	5,74	9,49	0,12	0,88				
			Tökfőzelék O*	550,82	131,77	3,36	5,44	1,82	16,93	1,66	0,66				
			Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42				
		U	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40				
			Összesen:	4 856,86	1 161,92	40,31		12,83	148,21	16,75	6,01				
2022.07.20. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15				
			Vajkrém ízesített	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14				
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56				
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00				
		E	Csontleves tésztabetéttel O*	158,58	37,94	1,83	0,82	0,11	5,80	0,00	0,28				
			Csirkemell párizsiasan O*	710,77	170,04	16,72	8,79	1,21	5,81	0,00	0,73				
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99				
			Uborkasaláta, kapos-joghurtos	477,85	114,32	6,85	1,80	0,26	17,54	0,00	2,12				
		U	Teljes kiörlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90				
			Összesen:	4 727,13	1 125,01	45,63		9,52	161,58	26,84	6,87				





2022.07.21. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 		
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,00	0,09		
			Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,10	0,44	  	
			Magvas kenyér	383,10	91,65	2,82	1,47	0,12	16,20	0,00	0,00	0,51		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,00	0,01		
		E	Karalábéleves O*	307,61	73,59	1,77	3,90	0,44	7,68	0,00	0,00	0,79	 	
			Borsos tokány O*	674,08	161,26	13,17	10,47	2,37	3,38	0,00	0,00	1,11		
			Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,00	0,57	 	
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,00	0,82		
			Összesen:	4 931,81	1 179,86	47,94		11,40	153,38	19,89		4,61		
2022.07.22. péntek	(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			
			Bundás kenyér O*	1 326,26	317,29	6,24	20,62	2,63	25,83	0,48	0,00	1,01		
		E	Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,00	0,00	1,32	   	
			Csőben sült zölds.bulgurral O*	1 818,95	435,15	21,82	26,73	8,31	26,17	0,33	0,00	1,45	  	
			Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,00	0,02		
		U	Teljes kiőrlésű tökmagos perez	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	0,00	1,29		
			Összesen:	5 679,45	1 358,72	49,79		17,08	137,29	9,75		5,36		





.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

