



Tételes étlap 2024.07.15. - 2024.07.21.

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. 15. 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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	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 O*	1 513,71	362,13	15,17	11,40	4,54	49,42	1,58	1,46		
	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:		3 184,92	761,94	33,31	27,57	10,69	91,85	9,69	3,29		
2024. 07. 16. kedd (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		
	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	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Tarhonyaleves O*	387,45	92,69	2,65	3,36	0,38	12,92	0,05	1,26		





2024. 07. 16. kedd		(00481) Gyermek (4-6 év)										
E	Vagdalt (Stefania) O*	1 149,01	274,88	12,86	20,41	5,74	9,49	0,12	0,88			
	Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62			
	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:	5 316,09	1 271,79	49,12	44,72	14,57	157,96	15,81	6,27			
2024. 07. 17. 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			
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18			
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Karalábéleves (piros) O*	288,60	69,04	1,72	3,52	0,39	7,45	0,00	0,69			
	Borsos tokány O*	674,08	161,26	13,17	10,47	2,37	3,38	0,00	1,11			
	Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,77			
U	Teljes kiörlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90			
	Összesen:	4 709,16	1 122,67	39,39	32,62	12,18	151,36	26,88	4,68			
2024. 07. 18. csütörtök		(00481) Gyermek (4-6 év)										
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	10,03	0,38			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Torrero szalámi	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00			
	Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68			





2024. 07. 18. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)		T	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
2024. 07. 18. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Csontleves tésztabetéttel O*	159,92	38,26	1,91	0,88	0,13	5,65	0,00	0,78			
		Csirkemell párizsiasan O*	621,88	148,77	17,02	6,21	0,96	6,03	0,00	0,54			
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99			
		Tzatziki saláta *O	63,02	15,08	1,07	0,36	0,14	1,87	0,00	1,81			
		Összesen:	4 467,74	1 068,83	45,20	27,19	8,25	162,74	22,03	7,03			
2024. 07. 19. péntek (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			
		Teljes kiőrlésű tökmagos percc	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29			
	E	Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,00	1,32			
		Húsos rakott zdségtál csőben*O	1 831,07	438,05	22,84	21,91	5,99	35,91	1,61	3,28			
		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			
		Szel. gouda sajt (kg)	298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41			
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
	Összesen:	5 365,63	1 283,64	54,18	46,91	16,39	147,40	11,03	7,46				





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

