



Tételes étlap 2021.07.26. - 2021.08.01.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.07.26. 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		
	Sertésmájkrém 65 g	368,96	88,27	4,42	6,93	2,36	1,95	0,00	0,61		
	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		
	E Frankfurti leves ovi*	806,93	193,05	7,96	13,43	4,24	10,07	0,67	1,12		
	Darás metélt Ovi*	1 541,79	368,85	9,95	5,66	0,73	69,06	12,46	0,71		
	Nektarin	462,17	110,57	1,88	0,92	0,10	23,56	0,00	0,00		
	U Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15		
	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
	Összesen:	5 511,48	1 318,54	43,34	35,19	11,91	196,36	26,55	5,35		
2021.07.27. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Kőrözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,42		
	Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Vajgaluska leves O*	383,49	91,74	3,38	3,35	0,65	11,77	0,01	0,72		
	Kakukkfűves Csirkemell O*	1 143,07	273,46	31,55	15,28	2,82	2,16	0,01	1,15		





2021.07.27. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Finomfőzelék O*	757,66	152,14	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,81		
		Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64		
		Palacsinta O*	720,47	152,95	4,38	9,91	1,40	16,21	0,00	0,16		
	U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65		
		Összesen:	5 819,68	1 343,73	66,51	45,36	10,11	169,57	16,53	4,55		
2021.07.28. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Gabonagyó kakaós	317,52	75,96	2,00	0,40	0,08	16,00	4,98	0,16		
	E	Karalábéleves O*	307,61	73,59	1,77	3,90	0,44	7,68	0,00	0,79		
		Borsos tokány ovi	168,00	40,19	0,25	3,75	0,42	1,30	0,00	1,97		
		Tészta köret orsó O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
		Káposztasaláta ovi	175,87	42,07	1,41	0,17	0,03	8,65	4,00	0,60		
	U	Gyümölcs saláta (friss) isk	368,59	88,18	0,73	0,30	0,00	20,07	6,84	0,02		
	Összesen:	2 811,66	575,58	21,96	16,34	3,29	108,04	15,82	4,38			
2021.07.29. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		





2021.07.29. csütörtök													
(00481) Gyermekek (4-6 év)													
E	Meggyleves (friss) ovi	708,62	169,52	1,63	3,44	1,88	31,84	20,42	0,42				
	Rántottcsirkemell sokmagos O*	1 027,63	245,84	19,51	10,59	1,27	17,84	0,00	1,62				
	Rizi-bizi mir. O*	1 197,72	286,54	6,95	5,90	0,68	51,04	0,01	0,41				
	Összesen:	5 003,39	1 099,91	46,38	30,53	8,03	176,63	25,39	4,24				
U	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19				
	Összesen:	5 003,39	1 099,91	46,38	30,53	8,03	176,63	25,39	4,24				
	T	Limonádé O*	190,49	45,57	0,05	0,01	0,00	10,91	9,99	0,00			
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40			
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
	E	Karfiolleves O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,80			
		Tonhal pogácsa(répás túrós)O*	856,87	204,99	15,01	8,40	1,30	17,07	0,19	0,95			
		Burgonyapüré O*	952,37	203,57	6,46	3,93	1,21	40,67	0,00	0,72			
U	Puding habos 175 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00				
	Összesen:	3 416,73	793,13	32,06	25,51	4,92	110,63	11,03	3,76				

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

