



























Tételes étlap 2022.07.25. - 2022.07.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.07.25. 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	221,37	52,96	2,65	4,16	1,41	1,17	0,00	0,37	    	
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	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	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
	U Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
	Összesen:	5 201,25	1 244,32	41,56	33,10	11,65	184,33	26,87	5,19		
2022.07.26. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Gyümölcsle 0,2-es 25%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kőrözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,33	 	
	Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Vajgaluska leves O*	342,46	81,93	3,24	2,64	0,46	11,06	0,01	0,12	    	
	Kakukkfűves Csirkemell O*	803,71	85,85	17,91	11,38	3,14	4,40	1,01	1,00	 	





2022.07.26. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Finomfőzelék O*	757,08	181,12	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,81	 	
		Rozsos kenyér	408,80	97,80	3,48	0,91	0,43	17,63	0,35	0,48		
		Palacsinta O*	720,09	172,27	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:	4 883,53	1 061,88	51,15	40,48	10,10	140,13	17,42	3,55		
2022.07.27. szerda (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		
		Gabonagolyó kakaós	317,52	75,96	2,00	0,40	0,08	16,00	4,98	0,16		
	E	Csirkebecsinált leves O*	451,03	107,90	7,96	4,57	0,70	8,41	0,03	0,40	 	
		Milánói makaróni O*	1 791,63	428,62	23,37	14,98	4,63	49,68	0,35	3,34	  	
	U	Gyümölcs saláta (friss) isk*	137,47	32,89	0,26	0,11	0,00	7,38	3,36	0,00		
		Összesen:	3 101,44	741,97	40,39	23,06	7,04	92,07	8,72	4,17		
2022.07.28. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		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	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
	E	Meggyleves mir. ovi*	737,56	176,45	1,90	3,46	1,88	33,25	20,42	0,42	 	
		Rántottcsirkemell sokmagos O*	1 027,63	245,84	19,51	10,59	1,27	17,84	0,00	1,62	  	





2022.07.29. péntek		2022.07.29.									
(00481) Gyermek (4-6 év)		(00481) Gyermek (4-6 év)									
<b>E</b>	Rizi-bizi mir. O*	1 197,72	286,54	6,95	5,90	0,68	51,04	0,01	0,41		
<b>U</b>	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19		
Összesen:		4 983,20	1 192,15	46,77	29,31	7,68	178,26	25,39	4,22		
<b>T</b>	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		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
<b>E</b>	Karfiolleves O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,41		
	Tonhal pogácsa(répás túrós)O*	856,87	204,99	15,01	8,40	1,30	17,07	0,19	0,95	   	
	Burgonyapüré O*	951,89	227,72	6,46	3,93	1,21	40,67	0,00	0,72		
<b>U</b>	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
Összesen:		4 393,30	1 051,02	35,97	35,73	13,81	121,23	10,58	5,16		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

