



Tételes étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 07. 29. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
			Gabonagolyó kakaós	238,14	56,97	1,50	0,30	0,06	12,00	3,74	0,12		
			Grissini	525,74	125,78	3,00	3,50	1,89	15,94	1,61	0,93		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Pulykaraguleves mir. bölcsi	753,46	180,25	11,31	8,90	1,85	13,49	0,02	1,17		
			Pudingos csiga o*	1 630,55	390,08	12,05	7,02	1,30	69,31	16,51	0,12		
		U	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
			Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
			Összesen:	4 378,94	1 047,59	38,00	31,36	9,56	146,13	22,18	3,58		
2024. 07. 30. kedd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tejeskávé bölcsi	455,29	108,92	4,58	3,75	2,04	14,12	6,77	0,15		
			Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18		
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		T	Gyümölcslé 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
		E	Sertés aprópeccs,csíki bölcsi	524,14	125,39	10,84	8,82	1,97	0,95	0,08	0,37		





2024. 07. 30. kedd											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
E	Burgonya petrezselymes B*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
U	EUROFOOD baromfifrém csirkemáj	105,13	25,15	1,68	1,64	0,49	0,82	0,00	0,12		
	Kornspitz	525,22	125,65	5,38	2,68	1,13	18,31	0,47	1,12		
	Összesen:	3 590,52	858,97	35,03	22,75	6,03	123,60	8,40	4,73		
2024. 07. 31. szerda											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Csipkebogyótea bölcsi	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Tojásrántotta bölcsi	346,36	82,86	5,40	6,66	1,45	0,24	0,00	0,14		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
T	Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
E	Rizses csirke bölcsi	1 509,16	361,04	21,78	11,81	1,93	41,45	0,00	2,21		
	Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
U	Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18		
	Kalocsai Rúd	452,70	108,30	3,19	1,47	0,96	17,88	1,37	0,74		
	Összesen:	3 587,02	858,13	39,29	24,23	6,73	116,19	19,85	4,05		
2024. 08. 01. csütörtök											
(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
	Vajkrém natúr, 20% zsír.	90,29	21,60	0,50	2,00	1,30	0,40	0,25	0,09		
	Korpás zsemle	345,93	82,76	0,00	0,60	0,15	16,79	0,11	0,42		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		





2024. 08. 01. csütörtök		(00480) Gyermek (1-3 év)											
T	Görögdinnye	260,21	62,25	1,00	0,40	0,00	13,00	0,00	0,02				
E	Köményes sertéssült bölcsi	276,56	66,16	6,36	4,30	1,08	0,42	0,00	1,05				
	Meggy mártás mir. bölcsi	501,23	119,91	0,91	1,56	0,64	24,53	8,17	0,02				
U	Pogácsa leveles 100g	810,92	194,00	4,42	5,38	3,63	22,55	2,54	0,82				
	Sárgabarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01				
	Összesen:	3 171,20	758,65	24,73	24,22	12,66	96,17	11,07	3,09				
2024. 08. 02. péntek		(00480) Gyermek (1-3 év)											
R	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27				
	Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06				
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64				
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03				
T	Sárgabarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01				
E	Sertés vetreceB*	824,17	197,17	8,74	16,09	4,70	4,09	0,15	0,31				
	Tészta köret Farfalle B.	760,72	181,99	6,80	4,78	0,68	27,72	0,00	0,77				
U	Kefir 150 g 3% zsírt	1 598,85	382,50	4,50	4,80	3,15	6,90	6,90	0,20				
	Pogácsa sajtos 80 gr	682,18	163,20	3,40	4,13	3,09	19,88	3,30	0,23				
	Összesen:	5 142,96	1 230,37	35,14	35,94	14,15	107,02	20,34	2,52				





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

