



Tételes étlap 2022.08.01. - 2022.08.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.08.01. 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		
	Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,00	 	
	Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42		
	E Gulyásleves marhahússal O*	360,85	86,33	1,54	4,02	0,53	10,66	0,08	1,37		
	Szalagos Fánk O*	2 039,07	487,81	10,82	16,73	2,75	72,88	26,46	0,13	 	
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85	 	
	Összesen:	4 482,04	1 072,25	25,49	38,20	10,53	144,63	39,91	4,01		
2022.08.02. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávés ovi	490,48	117,34	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27	 	
	Teljes kiőrlésű tökmagos pereg	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29		
	E Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,03	1,03	 	
	Vasi pecsenye O*	803,30	192,18	14,87	10,99	2,61	8,23	0,00	0,95	 	
	Szárazbabfőzelék O*	1 058,46	253,22	14,34	4,42	0,53	38,73	0,00	1,00		
	Rozsos kenyér	408,80	97,80	3,48	0,91	0,43	17,63	0,35	0,48		
	U Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23	 	
	Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		





2022.08.04. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)		2022.08.03. szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)		22.08.1							
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Vajkrém natur	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
	Füstölt Edami sajt	219,45	52,50	3,90	4,05	2,70	0,12	0,00	0,00		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
	E Húsleves hús nélküli O**	131,57	31,48	1,43	0,32	0,02	5,59	0,01	0,80		
	Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
Összesen:		3 244,54	776,21	33,22	27,08	6,86	96,57	2,34	3,95		
E	Magyaros Burgonyaleves O*	535,99	128,23	2,62	5,51	0,68	16,57	0,07	0,74		
	Pulykarizottó O*	1 529,25	365,85	21,18	14,37	4,32	37,43	0,00	2,13		
	U Gyümölcs saláta (friss) isk*	63,85	15,28	0,18	0,07	0,00	3,34	1,24	0,00		
	Összesen:		5 457,64	1 305,66	62,05	33,81	10,94	174,68	16,95	6,16	
	T Gyümölcslé 0,2-es 25%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
Főtt tojás ovi*	110,48	26,43	2,16	1,92	0,50	0,10	0,00	0,06			
Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93			
Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00			





2022.08.04		(00481) Gyermek (4-6 év)										
E	Meggymártás O*	504,45	120,68	0,83	0,51	0,00	26,93	9,99	0,01			
U	Pogácsa leveles 100g	810,92	194,00	4,42	5,38	3,63	22,55	2,54	0,82			
Összesen:		2 846,41	680,97	35,93	22,93	12,26	71,72	12,92	2,28			
2022.08.05. péntek		(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			
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90			
	Fehérkenyér	540,06	129,20	4,60	0,58	0,15	25,68	0,54	0,78			
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04			
E	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,25	0,55			
	Pírított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Hentes tokány O*	646,82	152,55	13,74	9,50	2,85	3,40	0,03	1,03			
	Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91			
U	Gyümölcsjoghurt 125g	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18			
	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12			
Összesen:		4 703,87	1 123,14	44,61	46,96	14,34	127,54	23,59	4,75			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietaikus

.....
Gazdaságvezető

