




## 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	(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	0,00	0,09		
		Soproni felvágott	209,92	50,22	2,06	4,62	1,72	0,05	0,00	0,00	0,00		
		Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60			
		E Lencseleves húsos O*	835,01	199,76	12,94	6,74	1,11	21,59	0,00	0,86			
		Aszalt gyüm. pudingos csiga O*	1 938,37	463,72	14,68	7,20	2,94	84,75	19,82	0,17			
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
		U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85			
		Összesen:	4 898,19	1 171,81	39,45	30,07	10,65	173,51	30,94	3,71			
2024. 07. 30. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	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			
		Fejtett babfőzelék mir. ovi	1 162,41	278,09	14,68	6,79	1,53	39,22	0,40	0,81			
		Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58			
U Sajtkrém féلزsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18					





2024. 07. 30.	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	5 942,24	1 421,59	68,09	40,80	12,24	180,86	14,27	7,35		
2024. 07. 31. 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		
			Bundás kenyér O*	1 326,26	317,29	6,24	20,62	2,63	25,83	0,48	1,01		
		E	Magyaros Burgonyaleves O*	536,02	128,23	2,87	5,66	0,68	16,59	0,17	0,82		
			Pulykarizottó O*	1 373,81	328,66	18,41	11,56	2,53	37,27	0,00	1,88		
			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		
	Összesen:	3 807,00	910,76	31,56	41,08	8,05	101,93	21,36	4,02				
2024. 08. 01. csütörtök	(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		
			Vajkrém natúr, 20% zsír.	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
			Füstölt trapista sajt	294,27	70,40	5,20	5,40	3,60	0,24	0,10	0,36		
			Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Húsleves O*	275,31	65,86	3,46	2,79	0,89	6,51	0,00	1,14		
			Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
			Meggymártás O*	835,21	199,81	0,76	0,26	0,00	47,73	29,42	0,01		





2024. 08. 01	00481	U	Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64	
			Összesen:	4 193,75	1 003,29	43,51	31,84	17,65	115,50	34,98	3,80	
2024. 08. 02. péntek	(00481) Gyermekek (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	
			Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68	
			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	
		E	Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,25	0,55	
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Hentes tokány (s.lapocka) O*	982,86	232,50	11,63	19,35	6,25	3,35	0,02	1,04	
			Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91	
		U	Gyümölcs saláta s.dinnye ovi*	118,59	28,37	0,44	0,24	0,01	5,94	0,24	0,01	
	Összesen:	4 110,20	980,67	39,46	44,51	13,74	102,58	10,58	4,22			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

