



Tételes étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.08.08. 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		
		Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
		Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
		E Pulykaraguleves mir. O*	799,51	191,27	11,45	9,87	1,94	13,87	0,01	1,14	 	
		Krumplis tészta ovi*	1 603,19	383,54	11,40	9,50	1,22	62,31	0,00	1,42	 	
		Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98		
		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:	4 178,14	999,55	36,51	34,27	10,04	128,69	13,54	7,96	
2022.08.09. kedd	(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		
		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		
		Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
		Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		E Daragaluska leves ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86	 	





2022.08.09. kedd											
(00481) Gyermek (4-6 év)											
E	Sült csirkecomb filé O*	823,32	50,63	23,00	11,29	2,08	0,60	0,00	1,05		
	Zöldborsófőzelék O*	980,19	234,50	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	Összesen:	4 293,04	880,72	57,02	32,04	6,78	123,17	6,88	4,11		
2022.08.10. szerda											
(00481) Gyermek (4-6 év)											
T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50		
	Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38		
	Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		
U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
	Összesen:	5 907,47	1 407,38	48,66	47,91	13,67	177,94	25,75	4,76		





2022.08.11. csütörtök (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				
	Túrókrém kapros O*	117,69	28,16	2,57	1,65	1,08	0,72	0,72	0,22				
	Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93				
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01				
	E	Gyümölcsleves O*	410,02	98,09	0,63	0,26	0,00	22,82	10,99	0,16			
		Bolognai Spagetti O*	1 808,19	410,68	20,15	20,40	6,79	41,58	0,00	1,33			
	U	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19			
Összesen:		3 736,12	871,91	33,80	24,97	8,94	129,44	26,50	2,99				
2022.08.12. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)													
T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27				
	Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66				
E	Csirkebecsinált leves O*	451,03	107,90	7,96	4,57	0,70	8,41	0,03	0,40				
	Sárgarépás Cukkinis PulykaragO	746,31	174,80	13,33	11,48	2,53	5,17	0,00	0,84				
	Burgonya sós féladag I*	470,34	112,52	3,00	0,24	0,03	24,00	0,00	2,37				
U	Csikemájaskrém 50 g	8,20	1,96	0,13	0,13	0,04	0,06	0,00	0,01				
	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70				
	Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00				
	Összesen:		4 508,45	1 074,83	45,69	36,34	16,56	118,33	13,81	5,25			





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

