



## Tételes étlap 2021.08.16. - 2021.08.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.08.16. hétfő (00484) Gyermek (15-18) B menü	T Tejeskávé ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80		
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos I*	1 106,35	264,68	16,96	8,83	1,42	29,02	0,00	1,08		
	Aranygaluska isk*	2 615,74	469,21	18,94	20,89	5,34	89,74	20,99	0,38		
	Vaniliasodó aranyg. I*	707,39	77,02	6,50	2,86	1,55	29,18	10,69	0,42		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
Összesen:	7 905,24	1 541,45	71,95	57,23	19,71	252,09	40,73	5,59			
2021.08.17. kedd (00484) Gyermek (15-18) B menü	T Limonádé O*	190,49	45,57	0,05	0,01	0,00	10,91	9,99	0,00		
	Főtt virsli ovi	566,81	135,60	7,20	12,00	3,60	0,06	0,00	1,14		
	Olivás stangli	1 038,73	248,50	7,46	3,36	2,24	40,74	3,17	1,07		
	Mustár vödrös	70,73	16,92	0,57	0,64	0,00	2,20	0,00	0,19		
	Ketchup	45,36	10,85	0,21	0,04	0,00	2,40	1,40	0,22		
	Majonéz vödrös	354,46	84,80	0,13	9,32	1,20	0,00	0,00	0,02		





2021.08.17. kedd																
2021.08.17. kedd	Gyermek (15-18) B menü (00484)	E	Lebbencsleves I*	523,80	125,31	3,01	4,19	0,50	18,52	0,00	1,32					
			Vagdalt (Stefania) I*	1 550,62	370,96	16,45	28,31	7,60	12,05	0,16	1,18					
			Parajfőzelék I*	798,35	152,17	8,37	9,24	1,50	18,37	0,00	1,18					
			Kukoricás kenyér	679,25	162,50	5,68	0,71	0,19	32,47	0,84	0,88					
		U	Pohárkrém, joghurtos	1 684,52	402,99	16,79	8,28	5,55	32,75	30,95	0,22					
	Összesen:	7 503,12	1 756,17	65,92	76,10	22,38	170,47	46,51	7,42							
2021.08.18. szerda	Gyermek (15-18) B menü (00484)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15					
			Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05					
			Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93					
			Parádicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00					
		E	Zöldborsóleves I*	457,28	109,40	4,53	4,07	0,44	13,41	0,01	0,85					
			Borzas csirkemell F*	1 991,86	476,52	47,50	20,89	12,59	23,68	1,49	2,98					
			Ínyenc saláta*I	1 044,26	249,82	5,47	17,21	4,84	17,16	0,72	1,22					
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82					
			Szilva	503,31	120,41	1,40	0,34	0,00	26,20	0,00	0,02					
			Összesen:	6 623,68	1 584,60	79,19	50,37	21,60	190,08	22,72	7,02					





2021.08.19.  
csütörtök

(00484)  
Gyermek (15-18) B menü

T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15			
	Zöldborsókrém citromos F*	138,53	33,14	1,51	1,48	0,16	3,34	0,00	0,99			
	Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56			
	E	Zellerkrémleves mir. I*	526,59	116,27	2,70	7,69	1,24	11,10	0,34	1,18	      	
		Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Bakonyi sertésszelet I*	1 298,55	310,66	20,20	21,18	7,41	9,32	0,81	2,11	 	
		Tészta kör. szarvacska I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,79	 	
	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		
		Kifli, vajás	629,01	150,48	4,87	1,56	0,79	26,91	1,40	0,47		
Összesen:		4 988,12	1 057,58	51,21	43,01	13,05	146,39	13,25	9,46			

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

