



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 (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávés 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 O*	835,01	199,76	12,94	6,74	1,11	21,59	0,00	0,86		
	Aranygaluska ovi*	1 937,70	353,86	13,78	15,85	3,99	65,89	15,19	0,34		
	Vaniliasodó aranyg. O*	484,66	55,28	4,28	1,88	1,02	20,34	7,99	0,22		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	6 733,13	1 339,44	60,55	49,12	17,52	211,97	32,23	5,13		
2021.08.17. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	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		
	E Lebbencsleves O*	304,68	72,89	1,80	2,13	0,25	11,39	0,00	1,08		
	Vagdalt (Stefania) O*	1 149,01	274,88	12,86	20,41	5,74	9,49	0,12	0,88		
	Parajfőzelék ovi*	503,62	96,22	5,37	5,79	0,94	11,58	0,00	0,91		





2021.08.17	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70	
		U	Pohárkrém, joghurtos	1 684,52	402,99	16,79	8,28	5,55	32,75	30,95	0,22	
			Összesen:	5 981,26	1 406,65	56,07	52,55	18,47	142,89	44,90	6,00	
2021.08.18. szerda	(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	
			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	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Zöldborsóleves O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84	
			Borzas csirkemell F*	1 991,86	476,52	47,50	20,89	12,59	23,68	1,49	2,98	
			Ínyenc saláta*O	913,86	218,63	4,70	15,31	4,23	14,57	0,66	1,07	
		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:	6 427,57	1 537,69	77,64	48,38	20,98	184,56	22,65	6,86			
2021.08.19. 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	
			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. O*	430,75	95,77	2,12	6,46	1,01	8,79	0,25	1,13	
			Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	





2021.08.19. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Bakonyi sertésszelet O*	870,67	208,29	14,79	13,70	5,16	6,12	0,58	1,42	 	
			Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	 	
			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:	4 108,28	849,52	42,22	32,69	10,34	126,30	12,93	8,50		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

