



Tételes étlap 2022.08.15. - 2022.08.21.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.08.15. hétfő	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávés ovi	490,48	117,34	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27		
		Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		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	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E Lencseleves húsos O*	835,01	199,76	12,94	6,74	1,11	21,59	0,00	0,86		
		Mákos tészta O*	1 674,16	400,52	13,10	12,46	2,69	58,51	9,99	0,58		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
		Összesen:	6 156,02	1 466,85	56,31	43,23	14,85	195,05	19,04	5,14		
2022.08.16. 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		
		Ketchup	45,36	10,85	0,21	0,04	0,00	2,40	1,40	0,22		
		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	0,49		
		Vagdalt (Stefania) O*	1 149,01	274,88	12,86	20,41	5,74	9,49	0,12	0,88		





















2022.08.16. kedd		2022.08.17. szerda		2022.08.18. csütörtök						
E Gyermek (4-6 év)	Parajfőzelék ovi*	530,75	126,97	5,91	6,27	1,06	11,60	0,00	0,54	
	Kukoricás kenyér	407,55	97,50	3,41	0,43	0,11	19,48	0,50	0,53	
	U Pohárkrém, joghurtos	1 684,52	402,99	16,79	8,28	5,55	32,75	30,95	0,22	
	Összesen:	5 917,90	1 415,75	55,69	52,93	18,55	138,82	46,13	5,09	
T E U Gyermek (4-6 év)	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	
	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	
	E Zöldbableves ovi*	227,42	54,41	1,92	2,08	0,21	6,83	0,00	0,79	
	Rakott karfiol mir. O* bulgur	1 518,04	363,17	16,65	22,16	7,27	24,93	0,99	2,15	
	U Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82	
	Szilva	377,48	90,31	1,05	0,26	0,00	19,65	0,00	0,02	
	Összesen:	5 146,98	1 231,34	46,21	39,32	13,95	161,77	11,82	5,13	
T E Gyermek (4-6 év)	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	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
	E Zellerkrémleves mir. O*	303,84	72,69	1,99	3,50	0,61	8,03	0,17	0,37	





2022.08.18. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)		E	Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			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:	3 978,86	951,87	42,09	29,73	9,94	125,54	12,85	7,74		
2022.08.19. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)		T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 	
			Vajkrém ízesített	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			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	     	
			Csőben sült zölds. hal O*	1 386,93	331,80	22,36	21,13	5,12	12,47	0,33	1,03	 	
			Magvas kenyér	383,10	91,65	2,82	1,47	0,12	16,20	0,00	0,51		
		U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
			Összesen:	4 918,01	1 176,56	51,51	38,52	13,40	146,49	28,90	4,94		





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

