



Tételes étlap 2022.08.22. - 2022.08.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.08.22. hétfő (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Párizsi sajtos	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39			
	Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13			
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	E Babgulyás I*	1 168,94	279,65	18,68	12,94	3,09	21,77	0,00	1,19			
	Szalagos Fánk I*	2 757,56	659,70	14,35	20,81	3,40	102,93	39,92	0,16			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	U Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Füstölt Edami sajt	219,45	52,50	3,90	4,05	2,70	0,12	0,00	0,00			
	Magvas kenyér	383,10	91,65	2,82	1,47	0,12	16,20	0,00	0,51			
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
	Összesen:		6 514,28	1 552,56	53,98	53,68	13,60	205,10	40,53	3,59		





2022.08.23. kedd												
2022.08.24. szerda												
Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Körözött túró	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,26	0,20		
		Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
		Madár saláta	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Zabgaluskás leves I*	408,11	97,63	4,07	1,78	0,20	16,09	0,02	1,01	 	
		Bolognai rakott burgonya K*	3 251,52	745,02	29,15	51,03	15,64	48,76	0,99	2,01	 	
		Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42		
	U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59		
Összesen:		6 471,93	1 515,45	56,46	63,61	20,35	183,76	10,51	5,41			
Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Sertésmájkrém 65 g	14,76	3,53	0,18	0,28	0,09	0,08	0,00	0,02	 	
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	E	Csontleves tésztabetéttel I*	338,22	80,91	3,05	3,14	0,39	10,06	0,00	0,54	 	
		Csirkemell párizsiasan I*	929,82	222,45	22,28	10,97	1,52	8,39	0,00	0,97	 	
		Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	2,49		
	U	Teljes kiőrlésű tökmagos pereg	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29		
Összesen:		4 977,38	1 190,76	53,31	29,99	8,00	162,21	9,88	7,55			





2022.08.25. csütörtök (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00		
		Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
	E	Paradicsom leves I*	818,49	162,95	3,98	8,12	0,92	26,44	7,99	1,29		
		Csőbensült makaróni I*	3 941,06	942,83	49,53	47,35	26,27	78,30	2,91	5,86		
	U	Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64		
		Összesen:	6 924,79	1 623,78	66,89	66,79	34,57	175,80	16,65	9,49		
2022.08.26. péntek (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Bundás kenyér I*	1 664,73	398,26	7,93	25,89	3,31	32,30	0,60	1,22		
	E	Zöldborsóleves I*	457,28	109,40	4,53	4,07	0,44	13,41	0,01	0,85		
		Tarhonyáshús I*	2 215,80	530,10	30,46	19,11	4,08	58,41	0,00	1,09		
		Uborka saláta (friss) isk	227,22	54,36	0,95	0,10	0,00	12,36	9,99	2,97		
	U	Pudingos csiga o*	1 629,77	389,90	12,05	7,01	1,29	69,22	16,49	0,12		
		Összesen:	6 194,80	1 482,02	55,92	56,18	9,12	185,70	27,09	6,25		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

