



Tételes étlap 2022.08.29. - 2022.09.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.08.29. hétfő (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T Margarín Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Szel.trapp. 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	E Gulyásleves I*	856,13	204,82	13,59	9,19	2,17	16,37	0,00	0,67		
	Darás metélt I*	2 122,00	507,66	13,82	8,29	1,07	93,81	15,58	0,93		
	U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	Összesen:	5 256,07	1 257,44	40,47	38,25	15,69	161,97	18,70	3,03		
2022.08.30. kedd (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T Margarín Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi baromfi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68		
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
	E Vajgaluska leves I*	453,38	108,46	3,89	4,27	0,89	13,35	0,02	0,19		
	Vasi pecsenye I*	1 078,99	258,13	17,81	15,70	3,40	11,12	0,00	3,15		
	Zöldbabfőzelék I*	906,43	216,85	7,61	9,63	2,73	24,28	0,92	0,82		
	Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		





22.08.	00482	U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65		
			Összesen:	6 226,57	1 489,60	59,12	56,04	14,81	175,25	17,02	8,43		
2022.08.31. szerda	(00482) Gyermekek (7-10 , 11-14év)	T	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30		
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
		E	Zöldborsóleves I*	457,28	109,40	4,53	4,07	0,44	13,41	0,01	0,85		
			Panírozott pulyka nuggets*I	679,75	162,62	12,00	12,12	0,01	0,20	0,00	2,50		
			Burgonyapüré I*	1 274,29	304,85	8,06	6,98	2,07	51,21	0,00	0,97		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
		U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59		
	Összesen:	4 726,34	1 130,70	39,64	33,78	7,24	163,14	18,76	7,34				
2022.09.01. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 , 11-14év)	T	Kalács kakaós	729,41	174,50	5,83	2,64	1,69	27,25	1,77	0,43		
		E	Bolognai Spagetti I*	2 841,11	649,02	30,88	32,26	10,54	65,66	0,00	1,96		
			Gyümölcslé 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		U	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
			Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15		
	Összesen:	4 764,32	1 109,12	49,38	42,88	16,20	130,34	3,42	4,77				





2022.09.02. péntek (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Zala felvágott	273,37	65,40	3,90	5,40	2,22	0,33	0,15	0,66	
		Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64	
		TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
	E	Tarhonyaleves I*	601,33	143,86	3,86	5,41	0,61	19,45	0,00	1,05	
		Csirkemell sajtmártással*I	735,55	175,97	22,32	6,34	2,21	7,23	0,40	0,38	
		Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,41	
	U	Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85	
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
		Összesen:	5 232,10	1 243,86	48,27	38,63	11,69	163,96	4,23	5,12	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

