



Tételes étlap 2021.08.30. - 2021.09.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.08.30. hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Gouda sajt	288,42	69,00	4,68	5,58	3,78	0,00	0,00	0,40		
	Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Gulyásleves O*	686,24	164,17	6,84	10,13	2,89	11,00	0,00	0,90		
	Szalagos Fánk O*	2 039,40	470,91	10,82	16,73	2,75	72,88	26,46	0,13		
	U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	Összesen:	5 573,50	1 316,38	36,77	53,76	22,00	148,80	39,41	5,46		
2021.08.31. kedd (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
	Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Vajgaluska leves O*	383,49	91,74	3,38	3,35	0,65	11,77	0,01	0,72		
	Vasi pecsenye O*	803,59	177,69	14,87	10,99	2,61	8,23	0,00	0,95		





2021.08.31. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E Szárazbabfőzelék O*	1 058,46	253,22	14,34	4,42	0,53	38,73	0,00	1,00							
		Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56							
		U Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65							
		Összesen:	6 232,53	1 375,49	67,07	46,28	12,48	190,12	15,93	6,85							
2021.09.01. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27							
		Kalács kakaós	729,41	174,50	5,83	2,64	1,69	27,25	1,77	0,43							
		E Gyümölcsle 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
		Bolognai Spagetti O*	2 044,08	467,11	21,72	22,61	7,07	49,07	0,00	2,18							
		U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85							
		Körte	443,03	105,99	0,80	0,60	0,00	24,00	0,00	0,01							
Összesen:	4 906,93	1 054,94	42,07	36,94	14,81	153,32	14,97	4,74									
2021.09.02. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávés ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27							
		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	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00							
		E Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23							
		Csirkemell sajtmártással*O	693,56	147,48	19,81	6,39	2,28	7,11	0,46	0,38							
		Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,40							





2021.09.02		(00481) Gyermek (4-6 év)										
E	Szőlő	235,93	56,44	0,42	0,21	0,00	12,67	0,00	0,00			
U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59			
Összesen:		4 920,05	1 061,54	48,00	29,13	9,69	178,50	16,23	4,07			
2021.09.03. péntek		(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			
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90	 		
	Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64			
E	Zöldborsóleves O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84	 		
	Pulyka nuggets	405,22	96,94	7,20	7,20	0,00	0,12	0,00	1,50			
	Burgonyapüré O*	952,37	203,57	6,46	3,93	1,21	40,67	0,00	0,72			
	Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23			
U	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23			
	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23			
Összesen:		4 651,92	1 088,63	42,33	39,98	12,13	136,86	20,19	8,56			

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

