



Tételes étlap 2022.08.29. - 2022.09.04.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.08.29. 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	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Szel.trapp. 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
		Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		E Gulyásleves O*	535,45	128,10	7,70	5,80	1,27	10,90	0,00	0,50		
		Darás metélt Ovi*	1 541,79	368,85	9,95	5,66	0,73	69,06	12,46	0,71		
		U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
	Összesen:	4 378,65	1 047,52	30,49	30,88	14,05	137,04	25,25	2,59			
2022.08.30. kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T 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		
		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		
		E Vajgaluska leves O*	342,46	81,93	3,24	2,64	0,46	11,06	0,01	0,12		
		Vasi pecsenye O*	803,30	192,18	14,87	10,99	2,61	8,23	0,00	0,95		
		Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62		





2022.08.30	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42							
		U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65							
			Összesen:	5 564,49	1 331,22	56,60	46,32	13,30	161,09	16,43	5,70							
2022.08.31. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	490,48	117,34	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27							
			Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23							
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90							
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00							
		E	Zöldborsóleves O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84							
			Panírozott pulyka nuggets	543,80	130,09	9,60	9,69	0,01	0,16	0,00	2,00							
			Burgonyapüré O*	951,89	227,72	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	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59							
	Összesen:	4 649,97	1 112,43	41,39	30,58	7,61	164,53	23,50	6,78									
2022.09.01. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	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							
			Bolognai Spagetti O*	1 808,19	410,68	20,15	20,40	6,79	41,58	0,00	1,33							
		U	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23							





2022.09.02. péntek	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15		
			Összesen:	4 368,39	1 023,17	46,38	35,11	14,72	127,38	13,41	4,41		
		T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
			Rozsos kenyér	408,80	97,80	3,48	0,91	0,43	17,63	0,35	0,48		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	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	693,20	165,84	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	0,30		
		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:		4 516,35	1 074,59	41,12	31,32	10,09	145,79	13,80	4,93		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

