



Tételes étlap 2021.09.06. - 2021.09.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.09.06. hétfő (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		
	Kenőmájas	109,52	26,20	2,32	1,68	0,54	0,78	0,14	0,32		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Palócleves mir O*	647,38	154,88	7,64	8,68	2,71	11,16	0,66	1,25		
	Derelye klf mir. ovi	2 690,88	643,75	15,51	20,33	2,11	97,32	19,98	5,50		
	Vaníliás tejföl*	154,70	37,01	0,72	3,19	2,00	1,22	1,22	0,03		
	Szilva	377,48	90,31	1,05	0,26	0,00	19,65	0,00	0,02		
	U Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
	Összesen:	5 626,35	1 342,10	39,43	37,83	9,45	201,91	35,06	9,31		
2021.09.07. kedd (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		
	Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,03	1,03		





2021.09.07. kedd		(00481) Gyermek (4-6 év)										
E	Rozmaringos cs.mell ovi*	1 033,10	247,15	17,35	19,31	2,30	0,75	0,01	0,92			
	Zöldborsófőzelék O*	980,96	195,86	14,21	5,59	1,07	31,28	1,00	0,63			
	Tönköly kenyér	533,37	127,60	4,66	1,08	0,34	22,50	0,16	3,09			
	Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02			
U	Teljes kiörlésű pudingos táska	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90			
	Összesen:	7 402,82	1 732,17	65,21	57,97	21,67	224,20	57,53	8,10			
2021.09.08. szerda		(00481) Gyermek (4-6 év)										
T	Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
	Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85			
E	BrokkolikréMLEVES O*	148,11	35,43	1,91	0,20	0,03	6,45	0,02	0,80			
	Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Panírozott halrudak O*	902,04	215,80	7,44	13,68	1,06	14,56	0,00	0,00			
	Párolt rizs kuk.val mir. ovi	1 239,92	296,63	6,21	6,23	0,74	53,58	0,00	1,00			
	Tartármártás ovi*	1 257,14	300,75	1,30	31,66	5,84	2,15	1,69	0,13			
U	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56			
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12			
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	Összesen:	7 065,65	1 593,28	45,90	69,28	15,25	202,33	21,93	4,85			





2021.09.09. csütörtök													
2021.09.10. péntek													
2021.09.09. csütörtök	(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		
			Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
			Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
		E	Daragaluska leves ovi*	381,24	91,21	2,43	3,50	0,45	12,33	0,00	0,86		
			Grill virsli O*	684,21	163,69	7,80	14,86	4,11	0,07	0,00	1,24		
			Tökfőzelék O*	550,82	131,77	3,36	5,44	1,82	16,93	1,66	0,66		
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
		U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
			Szőlő	235,93	56,44	0,42	0,21	0,00	12,67	0,00	0,00		
	Összesen:	5 416,23	1 198,69	40,43	45,10	16,90	162,94	19,52	5,56				
2021.09.10. péntek	(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		
			Vaj 100g-os	63,03	15,08	0,01	1,67	1,03	0,01	0,01	0,00		
			Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
		E	Csurgatott tojás leves ovi*	306,24	73,26	2,31	4,94	0,82	4,81	0,11	0,99		





2021.09.10. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Sárgarépas Cukkinis PulykaragO	746,31	174,80	13,33	11,48	2,53	5,17	0,00	0,84	
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99	
		Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,62	
	U	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
	Összesen:		4 208,28	905,95	37,58	34,57	9,20	133,68	36,57	4,91	

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

