



Tételes étlap 2023.09.11. - 2023.09.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 11. hétfő (00482) Gyermek (7-10 év)	T Margarín, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	E Sajtgombóc leves I*	595,59	142,48	5,58	7,16	1,72	13,55	0,00	1,88		
	Chilis bab I*	2 415,93	553,88	23,86	31,55	8,32	48,94	0,00	4,82		
	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
Összesen:	5 022,88	1 177,55	41,90	51,58	15,41	129,77	3,81	9,71			
2023. 09. 12. kedd (00482) Gyermek (7-10 év)	T Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Búzakenyér	810,08	193,80	6,89	0,87	0,23	38,51	0,82	1,16		
	E Húsleves hús nélküli I**	441,25	105,56	3,74	3,71	0,41	13,96	0,01	1,05		
	Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	1,54		
	Rozsos kenyér	506,50	121,17	3,30	0,40	0,05	25,00	0,25	0,75		
	U Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64		
Összesen:	4 835,86	1 135,00	49,32	29,16	11,42	151,98	12,15	6,35			





2023. 09. 13. szerda (00482) Gyermekek (7-10 év)		T	Körözött túró	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,26	0,20	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
		E	Magyaros Burgonyaleves I*	744,15	178,03	3,64	7,53	0,95	23,28	0,10	1,11	
			Hentes tokány I*	1 318,29	312,10	15,59	25,64	8,26	5,20	0,03	1,48	
			Tészta kör. szarvacska I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,79	
		U	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31	
			Összesen:	6 068,50	1 448,52	52,39	57,24	18,63	165,58	18,31	6,12	
2023. 09. 14. csütörtök (00482) Gyermekek (7-10 év)		T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Szel.Trap.sajt	388,61	92,97	6,93	7,03	4,47	0,40	0,00	0,61	
			Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18	
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		E	Zabgaluskás leves I*	408,11	97,63	4,07	1,78	0,20	16,09	0,02	1,01	
			Sült csirkecomb I*	1 122,75	69,05	31,40	15,26	2,82	1,12	0,01	1,14	
			Meggy mártás I*	790,68	189,16	1,17	0,72	0,00	42,71	17,98	0,02	
		U	Teljes kiőrlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44	
			Összesen:	5 502,92	1 116,94	60,38	45,59	19,01	139,83	22,67	4,53	





2023. 09. 15. péntek (00482) Gyermek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78	
		Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12	
		Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04	
	E	Zöldbableves suli*	344,14	82,33	2,91	3,13	0,32	10,38	0,00	0,99	
		Itáliai rántott szelet I*	1 505,22	360,10	22,33	19,46	3,98	23,47	0,00	1,51	
		Rizi-bizi mir. I*	1 416,80	338,95	9,15	6,01	0,68	61,59	0,01	0,61	
		Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98	
	U	Bukta	1 458,82	349,00	7,47	7,54	2,79	61,61	20,65	0,63	
		Összesen:	6 387,38	1 528,08	58,86	44,15	10,08	215,01	27,48	6,78	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

