



Tételes étlap 2022.09.12. - 2022.09.18.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.09.12. 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		
		Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		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		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E	Sárgaborsó leves O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	1,26	 	
		Tejbedara szórattal O*	1 242,08	297,15	9,37	4,01	2,11	55,64	29,97	0,27	 	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U	Grissini	525,74	125,78	3,00	3,50	1,89	15,94	1,61	0,93	 	
Összesen:			3 233,01	769,53	26,30	19,17	6,32	116,93	41,25	2,79		
2022.09.13. 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		
		Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Fehérkenyér	540,06	129,20	4,60	0,58	0,15	25,68	0,54	0,78		
	E	Húsleves hús nélküli O**	132,41	31,68	1,48	0,36	0,03	5,50	0,01	0,80	 	
		Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	1,06		





2022.09.13	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Rozsos kenyér	408,80	97,80	3,48	0,91	0,43	17,63	0,35	0,48	
		U	Pogácsa leveles 100g	810,92	194,00	4,42	5,38	3,63	22,55	2,54	0,82	
			Összesen:	3 240,01	758,70	36,17	18,03	7,03	104,69	17,11	4,26	
2022.09.14. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Körözött túró	115,37	27,60	3,06	1,50	0,98	0,57	0,20	0,15	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
		E	Magyaros Burgonyaleves O*	535,99	128,23	2,62	5,51	0,68	16,57	0,07	0,74	
			Hentes tokány O*	968,87	229,60	11,64	18,98	6,23	3,34	0,03	1,01	
			Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	
		U	Búrkifli, mákos	669,32	160,13	3,02	5,10	2,47	19,80	8,49	0,16	
	Összesen:	4 837,92	1 155,22	47,09	44,33	14,95	132,44	9,73	5,13			
2022.09.15. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávés ovi	490,48	117,34	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27	
			Teljes kiörlésű sajtos csiga	752,40	180,00	3,88	7,19	4,86	14,86	1,90	0,22	
		E	Zabgaluskás leves O*	411,79	98,51	3,12	4,72	0,57	10,65	0,00	0,42	
			Sült csirkecomb filé O*	823,32	50,63	23,00	11,29	2,08	0,60	0,00	1,05	
			Meggymártás O*	504,45	120,68	0,83	0,51	0,00	26,93	9,99	0,01	
		U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	





2022.09.15. csütörtök		2022.09.16. péntek									
(00481) Gyermek (4-6 év)		(00481) Gyermek (4-6 év)									
U	Szel.trapp. 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,03	0,00	0,00	0,00		
	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		
	Összesen:	4 212,21	861,36	46,60	31,88	10,57	118,41	17,76	3,25		
T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Bukta	729,41	174,50	3,74	3,77	1,40	30,81	10,33	0,32		
E	Zöldbableves ovi*	227,42	54,41	1,92	2,08	0,21	6,83	0,00	0,79		
	Itáliai rántott szelet O*	1 164,45	278,57	16,75	15,53	3,09	17,63	0,00	1,38		
	Rizi-bizi mir. O*	1 197,72	286,54	6,95	5,90	0,68	51,04	0,01	0,41		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	Összesen:	5 227,67	1 250,64	50,84	36,92	8,94	171,32	15,53	5,67		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

