



Tételes étlap 2023.09.11. - 2023.09.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 11. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	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		
	E Sajtgombóc leves O*	417,95	99,99	3,87	4,97	1,17	9,67	0,00	1,32		
	Chilis bab O*	1 776,55	411,87	18,22	21,77	6,03	38,54	0,00	3,84		
	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
	Összesen:	4 034,33	952,01	32,98	38,09	12,16	110,85	11,28	7,88		
2023. 09. 12. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Búzakenyér	540,06	129,20	4,60	0,58	0,15	25,68	0,54	0,78		
	E Húsleves hús nélküli O**	294,50	70,45	2,88	1,65	0,18	10,78	0,00	0,84		
	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		
	Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		





2023. 09. 12	(00481)	U	Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64	
			Összesen:	4 071,16	957,53	40,36	24,01	10,40	127,83	17,48	5,07	
2023. 09. 13. 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	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31	
	Összesen:	5 507,24	1 315,34	50,10	49,42	17,41	152,24	18,22	5,28			
2023. 09. 14. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávészó	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27	
			Teljes kiőrlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44	
		E	Zabgaluskás leves O*	384,99	92,10	3,28	3,93	0,50	10,65	0,00	0,43	
			Sült csirkecomb filé O*	823,32	50,63	23,00	11,29	2,08	0,60	0,00	1,05	
			Meggymártás O*	640,45	153,22	0,92	0,56	0,00	34,70	14,99	0,01	
U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			





2023. 09. 14. csütörtök													
2023. 09. 15. péntek													
2023. 09. 14. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 	
			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:	5 351,12	1 133,83	56,27	43,94	18,95	139,36	22,65	3,97		
2023. 09. 15. péntek	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Bukta	1 458,82	349,00	7,47	7,54	2,79	61,61	20,65	0,63		
		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*	1 162,64	278,14	6,95	4,98	0,57	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, csészés 32% zsírt.	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:	5 922,00	1 416,74	54,57	39,77	10,22	202,12	25,85	5,98				

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

