

















Tételes étlap 2022.09.19. - 2022.09.25.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.09.19. 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		
	Vajkrém natur	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
	Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle kukoricás	817,61	195,60	6,78	1,40	0,30	37,93	1,03	0,93		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	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		
	Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	U Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 805,70	897,31	34,10	32,00	9,61	118,27	11,08	6,90		
2022.09.20. 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		
	Harcspástétom különféle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kifli, graham	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	 	
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Paradicsom leves O*	484,85	94,09	2,58	4,16	0,47	16,88	5,00	0,83	 	
















2022.09.20. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Brokkoli-srúpás csirke ragú O*	649,82	155,46	15,46	8,53	3,21	4,10	0,16	2,23	 	
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		
			Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		
		U	Briós cukor nélkül 100g	752,40	180,00	5,28	2,35	1,49	30,27	4,90	0,41		
			Összesen:	4 047,34	946,36	35,53	23,79	7,35	147,28	19,74	4,70		
2022.09.21. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
			Tojáskrém O*	169,33	40,51	2,20	3,20	0,85	0,30	0,00	0,39	  	
			Zsemle rozsos	530,03	126,80	4,38	0,70	0,21	24,64	0,44	0,59		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Karfiolkrémleves mir. ovi	506,65	121,21	3,50	7,98	1,92	8,71	0,51	0,84	 	
			Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06	  	
			Tarhonyáshús O*	1 453,67	347,77	21,07	12,89	2,86	36,44	0,00	0,75	 	
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		U	Puding habos 175 gr	643,72	154,00	1,93	4,03	2,80	27,65	21,70	0,00		
			Összesen:	4 096,39	980,00	41,18	34,25	10,56	124,71	32,64	5,30		





2022.09.22. csütörtök													
2022.09.23. péntek													
2022.09.22. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó	993,64	237,71	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40	 	
			Teljes kiörlésű sajtos pogácsa	688,87	164,80	4,40	9,60	3,15	15,20	0,88	0,68		
		E	Csirkebecsinált leves O*	451,03	107,90	7,96	4,57	0,70	8,41	0,03	0,40	 	
			Tojásfasirt O*	657,53	157,30	5,51	7,39	1,20	16,82	0,18	1,50	 	
			Parajfőzelék ovi*	530,75	126,97	5,91	6,27	1,06	11,60	0,00	0,54	  	
			Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42		
		U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Sajtos tavaszi szelet	173,89	41,60	2,00	3,40	1,36	0,82	0,20	0,38		
			Zsemle magvas	596,91	142,80	5,86	3,72	0,86	20,74	0,56	1,06		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:	4 670,17	1 113,33	46,35	44,62	12,45	129,35	22,32	5,47				
2022.09.23. 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		
			Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23	 	
			Magvas kenyér	383,10	91,65	2,82	1,47	0,12	16,20	0,00	0,51		
			Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
		E	Tejfölös Gombaleves ovi*	322,43	77,14	1,44	5,19	1,25	6,01	0,36	0,85	 	
			Fokhagymás sertéscsíkok O*	478,68	114,52	12,71	6,72	1,94	0,67	0,00	0,52		
			Zelleres Burgonyap. ovi*	857,83	205,22	5,85	4,63	1,39	34,07	0,00	0,58	 	





22.09.	.	(00481	U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96	
					Összesen:	4 007,04	958,62	36,70	34,68	15,82	101,21	1,73	4,98	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

