



Tételes étlap 2021.10.11. - 2021.10.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.10.11. 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	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
	Zsemle korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Sárgaborsó leves O*	811,68	194,18	11,52	7,10	1,25	20,76	0,00	1,26		
	Tejbedara szórattal O*	1 244,01	200,55	9,37	4,01	2,11	55,64	29,97	0,27		
	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
	U Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
	Összesen:	4 324,73	937,56	36,59	21,02	7,17	154,24	47,37	3,42		
2021.10.12. 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		
	Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	E Húsleves O*	275,31	65,86	3,46	2,79	0,89	6,51	0,00	1,14		
	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		





2021.10.12. kedd												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
E	Rozsos kenyér	545,07	130,40	4,64	1,21	0,57	23,50	0,46	0,64			
	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00			
	U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:		4 597,02	1 083,34	44,18	28,20	6,07	158,76	34,48	4,55		
2021.10.13. szerda												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
T	Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27			
	Teljes kiörlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44			
E	Magyaros Burgonyaleves O*	535,99	128,23	2,62	5,51	0,68	16,57	0,07	0,74			
	Hentes tokány O*	680,31	160,56	13,31	10,57	3,38	3,37	0,00	1,09			
	Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57			
	Fűszeres sárgarépa saláta O*	192,79	46,12	1,03	0,73	0,09	8,59	1,70	1,15			
U	Körözött túró házi ovi*	165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,42			
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18			
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
Összesen:		5 872,23	1 305,58	53,98	43,60	18,56	175,24	17,33	5,86			





2021.10.14. csütörtök												
(00481) Gyermek (4-6 év)												
T	Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Harcapástétom 130g zöldfűszer	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Kifli, teljes kiörlésű	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56			
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03			
	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	196,97	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	Pogácsa leveles 100g	1 621,84	388,00	8,84	10,75	7,25	45,09	5,08	1,64		
		Összesen:	4 306,11	807,07	48,17	31,06	11,60	118,59	15,07	3,98		
	2021.10.15. péntek											
(00481) Gyermek (4-6 év)												
T	Tejeskáv ovi	492,41	20,74	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27			
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80			
	Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13			
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
E	Gyümölcsleves O*	345,26	82,60	0,27	0,10	0,00	19,94	10,99	0,15			
	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			





2021.10.15	(00481) Gyermek (14 6 411)	U	Joghurt ital Real Nature	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
			Összesen:	6 045,55	1 345,32	49,99	50,23	14,37	184,53	21,51	5,12		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

