



Tételes étlap 2021.10.25. - 2021.10.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.10.25. hétfő (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	E Tarhonyaleves I*	601,33	143,86	3,86	5,41	0,61	19,45	0,00	1,05	 	
	Rakott Zöldbab tojással suli*	2 554,35	611,09	26,48	37,69	12,27	40,20	1,65	1,75	 	
	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
	U Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
Összesen:	6 289,88	1 504,76	52,50	54,89	19,30	185,16	12,26	4,93			
2021.10.26. kedd (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Teljes kiörlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
	E Csontleves tésztabetéttel I*	338,22	80,91	3,05	3,14	0,27	10,06	0,00	1,33	 	
	Kalocsai sertésszelet I*	1 042,08	249,30	20,40	14,92	3,45	8,05	0,00	1,68		
	Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,60		
	U Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	0,43	0,75	 	





21.10.	00482	U	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			Összesen:	5 414,19	1 295,25	47,06	50,43	17,45	137,87	4,33	5,33		
2021.10.27. szerda	(00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30		
			Tönkölymagvas fűszeres kocka	1 659,46	397,00	8,91	11,40	7,48	41,88	3,69	2,28		
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E	Zöldségleves I*	387,77	92,77	2,58	4,08	0,43	11,11	0,00	0,86		
			Vagdalt I*	1 593,26	381,16	17,52	26,68	7,79	17,15	0,16	1,08		
			Burgonya főzelék I*	1 330,70	318,35	7,09	9,76	2,02	49,36	0,50	1,51		
			Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81		
		U	Pogácsa Tepertős	1 956,24	468,00	11,68	26,86	12,49	42,27	2,31	2,99		
	Összesen:	7 746,63	1 853,26	54,54	82,73	32,50	192,95	8,24	9,83				
2021.10.28. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T	Tojásos tonhalpástétom*I	307,74	73,62	5,40	5,51	1,51	13,49	0,00	0,11		
			Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E	Karalábéleves I*	421,82	100,91	2,27	5,80	0,65	9,68	0,00	0,92		
			Borsos tokány I*	970,00	225,49	17,52	15,15	3,35	6,11	0,00	1,40		
			Tészta köret orsó I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,69		
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		





2021.10.28. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	U	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 
			Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81	
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
			Összesen:	5 039,24	1 198,98	54,48	46,38	12,61	149,25	2,63	7,46	
2021.10.29. péntek	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90	  
			Magvas kenyér	672,98	161,00	5,87	1,26	0,27	30,56	0,73	0,95	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		E	Lencseleves húsos I*	1 106,35	264,68	16,96	8,83	1,42	29,02	0,00	1,08	
			Szalagos Fánk I*	2 758,00	637,97	14,35	20,81	3,40	102,93	39,92	0,16	   
		U	Szezámmagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59	
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
			Összesen:	6 390,30	1 503,03	48,99	49,34	11,97	213,37	47,02	3,82	

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

