



Tételes étlap 2022.10.24. - 2022.10.30.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 10. 24. 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		
		Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23		
		Graham kenyér	397,52	95,10	4,30	0,63	0,17	16,13	0,26	0,45		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E Gulyásleves marhahússal O*	360,85	86,33	1,54	4,02	0,53	10,66	0,08	1,37		
		Mákos tészta O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		
		Mák szórát O*	605,81	144,93	4,10	7,64	2,00	14,78	10,00	0,01		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U Pogácsa Tepertős	1 956,24	468,00	11,68	26,86	12,49	42,27	2,31	2,99		
		Összesen:	4 839,22	1 157,71	32,66	46,28	17,07	146,83	23,07	5,78		
2022. 10. 25. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Tejeskávé ovi	490,48	117,34	6,82	3,00	1,63	15,75	5,00	0,27		
		Teljes kiőrlésű sajtos csiga	1 504,80	360,00	7,76	14,37	9,71	29,72	3,79	0,44		
		E Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85		
		Sárgarépás hús pogácsa O*	1 322,33	316,35	13,77	21,84	6,08	15,65	0,13	0,94		
		Zöldbabfőzelék O*	637,10	152,42	5,43	6,64	1,93	17,29	0,67	0,62		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		





2022. 10. 25. kedd (00481) Gyermekek (4-6 év)												
U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Pulykamell sonka	90,29	21,60	2,40	1,00	0,32	0,52	0,26	0,44			
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	Összesen:	5 537,83	1 324,85	47,44	54,89	21,29	136,26	10,60	4,72			
2022. 10. 26. szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27		
		Vajkrém ízesített	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E	Karalábéleves O*	307,61	73,59	1,77	3,90	0,44	7,68	0,00	0,79		
		Zöldséges combragu O*	719,86	164,00	19,15	7,81	2,97	6,10	1,20	1,52		
		Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		
	U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
		Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
Összesen:	5 117,32	1 216,02	58,19	42,76	17,12	145,64	13,00	6,88				





2022. 10. 27. csütörtök													
2022. 10. 28. péntek													
2022. 10. 27. csütörtök	(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		
			Tojásos tonhalpástétom*O	246,49	58,97	4,06	4,49	1,23	9,03	0,00	0,09		
			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	Csontleves tésztabetéttel O*	158,58	37,94	1,83	0,82	0,11	5,80	0,00	0,28		
			Csirke aprópecsenye O*	248,23	59,39	0,33	5,64	0,64	1,78	0,01	0,50		
			Burgonya főzelék O*	939,29	224,71	5,13	6,23	1,32	36,17	0,33	0,81		
			Rozsos kenyér	408,80	97,80	3,48	0,91	0,43	17,63	0,35	0,48		
		U	Briós cukor nélkül 100g	1 504,80	360,00	10,55	4,69	2,98	60,53	9,80	0,82		
			Összesen:	4 812,32	1 151,28	36,26	25,48	7,56	187,41	20,47	4,25		
2022. 10. 28. 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		
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
			Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E	Tarhonyaleves O*	387,44	92,69	2,54	3,30	0,38	12,91	0,00	1,23		
			Borsos tokány O*	674,08	161,26	13,17	10,47	2,37	3,38	0,00	1,11		
			Tészta kör. szarvacska O*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57		





2022. 10. 28. péntek (00481) Gyermek (4-6 évi)	E	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 302,49	1 025,39	44,27	33,11	9,33	130,83	6,27	7,21		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

