



Tételes étlap 2023.10.23. - 2023.10.29.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 10. 24. 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		
	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18		
	Graham kenyér	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,59		
	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 szórat O*	605,81	144,93	4,10	7,64	2,00	14,77	9,99	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:	4 987,30	1 193,14	34,73	47,28	15,95	150,70	21,03	5,85		
2023. 10. 25. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	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 p.combragu O*	841,36	191,42	17,68	11,22	4,56	7,13	1,44	1,71		





2023. 10. 25. szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Petrezselymes rizsköret O*	1 119,30	267,78	4,89	6,68	0,77	46,70	0,00	0,80	
	U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
		Szel.Trap.sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	 
		Félbarna kenyér	541,72	129,60	4,61	0,61	0,14	25,76	0,47	0,77	
	Összesen:	5 115,79	1 214,01	53,96	44,25	17,01	146,36	13,22	7,32		
2023. 10. 26. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Teljes kiörlésű 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 húspogácsa 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	 
		Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45	
	U	Tojásos tonhalpástétom*O	246,49	58,97	4,06	4,49	1,23	9,03	0,00	0,09	   
		Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00	
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Összesen:	4 727,73	1 131,04	42,03	53,69	19,93	106,28	4,74	3,67	





2023. 10. 27.

péntek

(00481)

Gyermek (4-6 év)

T	Tejeskávés ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27	 		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
	Párizsi sajtos, baromfi	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39	  		
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,70	0,64	0,16	25,14	0,65	0,55			
	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	 	
		Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
	Összesen:	4 448,78	1 060,39	45,90	33,14	9,37	138,50	9,92	5,33			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

