



Tételes étlap 2021.11.01. - 2021.11.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.11.02. kedd (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T Margarín Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Fininimo torrero szalámi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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 Gulyásleves I*	1 167,15	279,22	12,00	18,05	5,24	16,53	0,00	1,17		
	Mákos metélt I*	2 282,83	546,13	18,15	17,89	3,92	77,47	11,99	0,80	 	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
	Összesen:	6 290,27	1 500,93	50,68	50,87	15,71	196,92	16,36	4,95		
2021.11.03. szerda (00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T Sertésmájkrém 65 g	29,52	7,06	0,35	0,55	0,19	0,16	0,00	0,05	 	
	Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Erőleves isk	348,44	83,36	4,13	2,39	0,11	11,49	0,02	1,17	 	
	Vadas pulyka csíkok I*	1 231,55	294,63	19,67	14,79	4,83	20,15	5,82	1,88	 	
	Bulgur köret I*	1 574,27	376,62	11,10	8,65	1,06	68,55	0,01	2,00		





2021.11.03	(00482) Gyermek 17 10 11	E	Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00	
		U	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40	
			Összesen:	5 923,83	1 417,18	55,98	37,97	10,18	208,17	10,07	7,32	
2021.11.04. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Zsemle magvas	1 193,81	285,60	11,72	7,44	1,71	41,48	1,12	2,12	
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		E	Zöldségleves I*	387,77	92,77	2,58	4,08	0,43	11,11	0,00	0,86	
			Grill virsli I*	1 085,01	259,57	12,00	23,71	6,42	0,10	0,00	1,90	
			Szárzababfőzelék I*	1 460,25	349,34	19,35	6,54	0,77	52,88	0,00	1,20	
			Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70	
		U	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
			Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
	Összesen:	6 268,37	1 499,61	59,28	60,36	14,09	175,35	1,94	7,10			





2021.11.05. péntek (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56	
		Tönköly kenyér	666,71	159,50	5,83	1,35	0,43	28,13	0,21	3,86	
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
	E	Gyümölcsleves I*	397,50	95,10	0,37	0,14	0,00	22,79	11,39	0,20	
		Rántott csmell sokmagvas I*	1 258,66	301,11	25,11	12,88	1,58	20,85	0,00	1,13	
		Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	2,49	
		Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	8,40	0,00	
	U	Kuglóf, kakaós	453,95	108,60	2,99	1,42	0,91	18,71	4,91	0,23	
		Összesen:	4 385,32	1 049,11	43,42	24,66	4,92	154,70	25,01	8,62	

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

