








Tételes étlap 2023.10.30. - 2023.11.05.

	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. 30. hétfő	(00480) Gyermek (1-3 év)	R Csipkebogyótea bölcsei	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
		EUROFOUD májkrém kféle 50 gr	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,30	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60			
		Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00			
		T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
		E Tejberizs O*	1 214,04	290,44	9,60	4,51	2,31	52,72	14,99	0,28			
		Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00			
		U Kockasajt natúr, félzsír. 25g	192,28	46,00	1,50	3,50	2,20	2,20	1,30	0,10			
		Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48			
		Összesen:	3 377,65	808,05	21,43	12,28	6,56	146,25	41,20	2,47			
2023. 10. 31. kedd	(00480) Gyermek (1-3 év)	R Kakaó bölcsei	631,11	150,98	5,16	4,51	2,49	22,30	14,99	0,15	 		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06			
		Főtt tojás bölcsei	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07			
		Félbarna kenyér	541,72	129,60	4,61	0,61	0,14	25,76	0,47	0,77			
		Kápia paprika	24,57	5,87	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
		T Alma	145,41	34,78	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			





2023. 10. 31. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)													
E	Csontleves tésztabet.tel bölcs	162,51	38,88	1,80	0,30	0,04	7,12	0,00	1,09				
	Sertés aprópecs,csíki bölcsi	524,12	125,39	10,65	8,71	1,97	0,94	0,00	0,31				
	Burgonya főzelék b	813,61	194,64	5,33	2,84	1,58	36,07	0,68	0,04				
	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12				
	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,00				
	Összesen:	4 082,05	976,55	35,61	32,53	10,07	131,84	16,14	2,62				
2023. 11. 02. csütörtök (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00			
		Túrókrém petrezselymes bölcsi	35,93	8,60	0,87	0,46	0,31	0,23	0,22	0,20			
		Teljes kiörlésű kifli	977,28	233,80	7,84	2,29	0,91	41,92	2,90	0,79			
		Sárgarépa friss	50,43	12,06	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09			
	T	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03			
	E	Csirkemell vadász módra O*	543,63	126,77	15,68	5,41	0,70	4,42	0,00	0,96			
		Petrezselymes rizsköret b	723,80	173,16	2,65	6,60	0,76	25,59	0,00	2,17			
	U	Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18			
		Briós cukor nélkül 100g	723,14	173,00	4,15	4,00	1,80	33,00	6,00	0,37			
		Összesen:	4 047,05	964,92	37,16	22,93	6,69	151,42	27,12	4,79			





2023. 11. 03. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
			Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,00	0,06		
			Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56			
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,70	0,64	0,16	25,14	0,65	0,55			
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04			
		T	Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00			
		E	Rántott sertésszelet O*	952,04	227,76	16,25	12,04	2,74	13,33	0,00	0,80			
			Burgonya petrezselymes B*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99			
		U	Kuglóf, kakaós	302,63	72,40	1,99	0,94	0,60	12,47	3,27	0,15			
			Összesen:	3 544,71	848,01	36,71	23,44	6,96	116,96	4,02	4,32			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

