


















Tételes étlap 2022.11.14. - 2022.11.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.11.14. 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		
	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	E Frankfurteri leves ovi*	806,93	193,05	7,96	13,43	4,24	10,07	0,67	1,12		
	Darás metélt Ovi*	1 300,13	311,04	9,85	5,66	0,73	54,80	0,00	0,71		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	4 285,98	1 025,36	31,30	29,32	9,32	150,45	23,33	3,80		
2022.11.15. kedd (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		
	Teljes kiőrlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
	E Kertészleves O*	305,18	73,01	2,61	3,08	0,33	8,50	0,00	0,64		
	Majorannás apróhús O*	666,02	159,33	12,52	11,29	2,51	1,70	0,00	0,59		
	Lencsefőzelék O*	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,43		





2022. 11. 15. kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Félbarna kenyér	406,30	97,20	3,46	0,46	0,11	19,32	0,36	0,58	
		U	Sajtkrém	89,66	21,45	0,57	1,80	1,17	0,75	0,75	0,23	 
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			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:	5 479,19	1 310,80	57,39	35,85	13,35	169,55	26,24	4,02			
2022. 11. 16. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15	
			Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
			Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	  
			Graham kenyér	397,52	95,10	4,30	0,63	0,17	16,13	0,26	0,45	  
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		E	Májgaluska leves O*	393,52	94,14	5,66	4,71	0,76	6,82	0,03	1,03	  
			Édes-savanyú csmell csíkok O*	557,32	130,04	15,25	5,34	0,68	5,75	2,23	0,44	 
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30	
		U	Szezámgyöngyös madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59	
			Összesen:	3 883,70	921,90	39,96	27,10	6,51	122,82	18,57	3,49	





2022. 11. 17. csütörtök													
2022. 11. 18. péntek													
2022. 11. 17. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27		
			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		
		E	Gombaleves O*	366,09	87,58	1,51	6,05	1,29	6,63	0,34	0,84		
			Sertés pörkölt O*	816,77	195,40	10,12	16,03	5,00	2,42	0,00	0,89		
			Tökfőzelék O*	550,82	131,77	3,36	5,44	1,82	16,93	1,66	0,66		
		U	Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42		
			Tojáskrém O*	169,33	40,51	2,20	3,20	0,85	0,30	0,00	0,39		
			Olivás stangli	1 038,73	248,50	7,46	3,36	2,24	40,74	3,17	1,07		
				Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Összesen:	5 043,32	1 206,53	44,34	44,31	17,32	144,00	19,41	6,25			
2022. 11. 18. péntek	(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 200g	27,09	6,48	0,15	0,60	0,39	0,12	0,08	0,03		
			Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45		
		E	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
			Fokhagyma krémleves O*	437,79	104,74	2,74	4,80	0,89	12,21	0,25	0,55		
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Rántott sertésszelet O*	973,28	232,84	16,51	12,47	2,74	13,38	0,00	0,80		





2022. 11. 18. péntek (00481) Gyermek (4-6 évi)	E	Burgonyapüré O*	951,89	227,72	6,46	3,93	1,21	40,67	0,00	0,72		
		Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	U	Gyümölcsjoghurt 125g	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18		
		Összesen:	3 830,92	916,49	39,95	29,49	9,73	119,92	23,47	3,56		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

