



Tételes étlap 2023.11.13. - 2023.11.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 13. hétfő	(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		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,00		
		Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		kenyér teljes kiörlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
		E Frankfurti leves ovi*	739,53	176,92	6,76	12,61	4,39	8,99	1,00	0,94	 	
		Darás metélt Ovi*	1 384,05	331,11	9,85	5,66	0,73	59,79	5,00	0,71	 	
		Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	Összesen:	4 344,72	1 039,40	30,65	28,59	9,48	156,55	26,70	3,67			
2023. 11. 14. 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 kiörlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
		E Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85	 	
		Majorannás pulyka apróhús O*	664,45	158,96	12,51	11,30	2,51	1,60	0,00	0,69		
		Lencsefőzelék O*	1 170,33	279,98	17,05	5,02	0,42	41,31	2,00	0,43	 	
	Rozsos kenyér	303,90	72,70	1,98	0,24	0,03	15,00	0,15	0,45			





2023. 11. 14. kedd														
(00481) Gyermekek (4-6 év)														
U	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	106,65	25,51	1,01	1,95	0,00	0,98	0,45	0,14					
	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:	5 386,52	1 288,63	55,76	35,80	12,09	165,51	25,73	4,11					
2023. 11. 15. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13			
			Margarin, csészés 32% zsírt.	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	530,02	126,80	5,73	0,84	0,22	21,51	0,34	0,60			
			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:	3 979,24	944,76	41,26	27,30	6,56	126,15	16,69	3,62			





2023. 11. 16. csütörtök														
2023. 11. 17. péntek														
2023. 11. 16. csütörtök	Gyermek (4-6 év) (00481)	T	Karamellás tej O*	571,62	136,75	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27			
			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			
		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*	563,51	134,81	3,47	5,45	1,82	17,54	1,66	0,66			
				Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42		
		U	Mustáros tojáskrém O*	167,54	40,08	2,23	3,11	0,81	0,41	0,00	0,40			
			Teljes kiörlésű kifli	977,28	233,80	7,84	2,29	0,91	41,92	2,90	0,79			
			Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
		Összesen:	4 978,14	1 190,94	43,61	42,91	15,70	146,92	19,41	5,85				
2023. 11. 17. péntek	Gyermek (4-6 év) (00481)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27			
			Margarin, csészés 32% zsír.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09			
			Méz	205,13	49,07	0,06	0,00	0,00	12,15	12,15	0,00			
			Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64			
		E	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*	952,04	227,76	16,25	12,04	2,74	13,33	0,00	0,80			





2023. 11. 17. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 évi)	E	Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59		
			Savanyú káposzta	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
		U	Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18		
			Összesen:	4 223,64	1 010,44	41,15	32,45	11,12	133,92	35,39	3,65		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

