



Tételes étlap 2021.11.22. - 2021.11.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.11.22. hétfő (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Kenőmájas	109,52	26,20	2,32	1,68	0,54	0,78	0,14	0,32		
	Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Legényfogó leves I*	652,83	156,18	12,16	7,47	2,19	9,79	0,33	1,14		
	Tejbedara szóráttal I*	1 500,80	237,72	11,54	4,81	2,51	66,96	34,97	0,34		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	U Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
	Összesen:	5 107,55	1 100,58	44,44	31,57	15,81	162,77	37,00	6,01		
2021.11.23. kedd (00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
	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 Zabgaluskás leves I*	408,11	97,63	4,07	1,78	0,20	16,09	0,02	1,01		
	Bácska Rizseshús I*	2 560,89	612,65	21,28	28,82	7,92	66,28	0,00	1,75		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98		





2021.11.24. szerda (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)		2021.11.25. csütörtök (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)									
U	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65		
	Összesen:	6 481,49	1 550,59	51,59	60,31	17,44	189,21	21,77	7,53		
T	Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44		
	kenyér teljes kiörlésű, szel.	494,67	0,00	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
E	Zöldbableves suli*	344,14	82,33	2,91	3,13	0,32	10,38	0,00	0,99		
	Panírozott tőkehal sajttal*I	385,92	92,33	0,00	10,21	1,16	0,00	0,00	0,00		
	Tört burgonya I*	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,00		
U	Teljes kiörlésű sonkás tekercs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90		
	Összesen:	4 070,31	851,50	26,32	30,15	12,04	112,27	4,61	3,82		
T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
E	Gyümölcsleves I*	397,50	95,10	0,37	0,14	0,00	22,79	11,39	0,20		
	Tejszínes csirkemell kocka I*	964,97	230,85	22,60	12,27	3,84	7,23	0,02	1,67		
	Tészta köret Farfalle I*	1 416,19	338,80	13,60	6,78	1,05	55,43	0,00	1,35		





2021.11.25		(00482) Gyermek											
2021.11.26. péntek	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	U	Pogácsa vajás	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
			Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
			Összesen:	6 196,32	1 482,38	55,01	38,83	12,36	205,21	27,10	5,46		
		T	Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00		
			Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
		E	Húsleves hús nélküli I**	198,04	47,38	2,17	0,47	0,03	8,41	0,01	1,01		
			Főtt hús I*	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			Paradicsomos káposzta I*	790,49	167,21	5,55	5,33	0,59	29,02	5,99	1,54		
			Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
		U	Joghurt ital Real Nature	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Összesen:	3 314,15	770,96	40,45	21,48	3,87	106,63	17,09	4,16				

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

