



## Tételes étlap 2023.11.20. - 2023.11.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 20. 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		
		Kenőmájas	109,52	26,20	2,32	1,68	0,54	0,78	0,14	0,32	   	
		Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
		Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E Legényfogó leves O*	462,09	110,55	8,22	5,40	1,47	7,07	0,20	0,51	 	
		Tejbedara O*	941,30	225,19	8,68	3,20	1,63	40,27	14,99	0,27	 	
		Kakaós porcukor ovi*	324,54	77,64	0,56	0,65	0,38	17,30	16,98	0,00		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		U Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89	 	
		Összesen:	4 414,33	1 056,05	32,85	25,45	9,85	156,25	54,84	2,82		
2023. 11. 21. 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		
		Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65	    	
		E Zabgaluskás leves O*	384,99	92,10	3,28	3,93	0,50	10,65	0,00	0,43	 	
		Bácska Rizseshús O*	1 995,53	477,40	15,85	23,91	6,20	49,12	0,00	1,31		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
		U Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		





2023. 11. 21. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Téliszalámi	324,16	77,55	3,45	7,05	2,85	0,08	0,08	0,68	
			Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03	
			Összesen:	6 111,88	1 462,17	49,59	51,86	15,42	185,10	19,63	5,33	
2023. 11. 22. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tejeskávé ovi	456,91	109,31	6,82	3,00	1,63	13,75	3,00	0,27	
			Teljes kiőrlésű sonkás tekeracs	1 801,58	431,00	8,22	12,68	8,50	35,56	3,25	0,90	
		E	Zöldbaleves ovi*	228,54	54,67	1,94	2,08	0,21	6,88	0,00	0,79	
			Panírozott halrudak O*	831,87	199,01	7,44	11,83	0,85	14,56	0,00	0,00	
			Burgonyapüré O*	949,24	227,09	6,45	3,93	1,77	40,67	0,00	0,59	
		U	Póréhagymás túrókrém házi ovi*	155,26	37,14	3,49	2,02	1,32	1,22	0,91	0,42	
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Összesen:	5 166,60	1 232,10	40,85	36,41	14,51	147,51	7,91	3,74	
		2023. 11. 23. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71
	Margarin, csészés 32% zsírt.			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.			388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39	





2023. 11. 23. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)		T	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
2023. 11. 23. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Gyümölcsleves O*	410,02	98,09	0,63	0,26	0,00	22,82	10,99	0,01		
		Tejszínes, gyömbér cs.mell O*	760,59	181,96	17,02	10,13	3,10	5,43	0,01	0,74		
		Tészta köret Farfalle O*	1 088,45	260,40	10,20	5,78	0,86	41,57	0,00	0,91		
	U	Krémtúró vanillias	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04		
	Összesen:		3 771,84	902,36	43,44	29,41	9,82	113,50	27,03	2,31		
2023. 11. 24. péntek (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		
		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 O*	275,31	65,86	3,46	2,79	0,89	6,51	0,00	1,14		
		Főtt hús O*	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,17		
		Paradicsomos káposzta O*	625,68	133,26	4,52	4,27	0,47	22,72	4,00	1,06		
		Tönköly kenyér	310,99	74,40	2,97	0,39	0,15	13,80	0,00	0,48		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:		3 284,86	769,43	40,79	24,10	5,60	98,32	14,27	3,83	





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

