



Tételes étlap 2022.11.28. - 2022.12.04.

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. 28. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej 1,5dl bölcsi	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Vajkrém ízesített	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	T Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01		
	E Majorannás pecsenye b	540,30	129,26	10,32	9,40	2,09	0,68	0,00	0,28		
	Kelkáposzta főzelék bölcsi	590,64	141,30	6,20	3,31	0,37	21,31	0,00	0,60		
	U Sárgarépas szendvicsskrém B*	258,73	61,90	3,80	4,58	2,61	1,02	0,00	0,37	 	
	Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60		
Összesen:	3 347,60	794,99	35,34	26,88	10,13	100,22	1,18	2,99			
2022. 11. 29. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	R Csipkebogyótea bölcsi	87,22	20,87	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00		
	Kefír	276,36	66,11	6,80	0,20	0,11	9,20	0,00	0,60		
	Sonkakrém házi bölcsi	103,96	24,87	2,40	1,19	0,60	1,13	0,27	0,57	 	
	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
	T Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		





2022. 11. 29. kedd												
(00480) Gyermek (1-3 év)												
E	Tejszínes csomell cs. kukoricO*	822,42	196,75	17,10	9,21	1,66	11,13	0,40	1,70			
	Párolt rizs B*	901,77	215,73	4,02	4,79	0,56	38,87	0,00	0,50			
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
	U	Hamé pástétom (szárnyas) 48g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	Összesen:		4 471,82	1 069,80	51,24	27,09	5,36	148,73	7,27	6,29		
2022. 11. 30. szerda												
(00480) Gyermek (1-3 év)												
R	Tej 1,5dl bölcsi	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
	Gyümölcsös müzli (jó)	221,13	0,00	1,35	1,05	0,29	9,45	1,80	0,02	 		
	Hamé pástétom (zöldséges) 48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64			
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
E	Brokkolikrémleves mir. bölcsi	301,36	72,10	3,29	3,36	0,79	7,04	0,21	0,52	 		
	Bolognai Spagetti b	1 612,31	366,01	17,12	16,75	5,41	41,15	0,00	0,89	 		
U	Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15			
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
Összesen:		4 421,70	985,22	42,29	30,70	11,09	148,09	3,59	3,59			





2022. 12. 01. csütörtök											
(00480) Gyermekek (1-3 év)											
R	Tejeskávés bölcsei	455,84	109,05	4,58	3,75	2,04	14,12	6,77	0,15		
	Tojásrántotta újragymás*B	416,63	99,67	5,40	8,51	1,66	0,25	0,00	0,63		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	395,74	94,67	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
E	Vagdalt (Stefania) B*	941,34	225,20	11,10	15,10	4,35	10,82	0,12	0,81	 	
	Zelleres Burgonyap. B*	779,04	186,37	5,17	4,47	1,31	30,47	0,00	1,16	 	
	Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
U	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00		
	Körözött túró	115,37	27,60	3,06	1,50	0,98	0,57	0,20	0,15		
	Összesen:	4 017,44	961,10	39,24	34,81	10,51	119,72	12,37	4,81		
2022. 12. 02. péntek											
(00480) Gyermekek (1-3 év)											
R	Tej 1,5dl bölcsei	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	0,00		
	Kifli, tejes	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49		
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
E	Halfasírt bölcsei*	950,75	227,45	15,00	13,40	3,15	11,35	0,13	1,65	 	





2022. 12. 02. péntek (00480) Gyermekek (1-3 év)	E	Karalábétfőzelék bölcsi*	800,59	191,53	4,98	4,97	1,05	16,74	1,44	0,43	
	U	Vajkrém ízesített	135,43	32,40	0,75	3,00	1,95	0,60	0,38	0,14	
		Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90	
		Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00	
		Összesen:	4 184,36	1 001,05	38,58	34,49	9,38	114,99	15,48	3,79	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

