



Tételes étlap 2021.12.06. - 2021.12.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.12.06. hétfő (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Tonhalas krém	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle graham	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Palócleves /konz/ isk	894,59	214,02	10,46	12,27	3,65	15,08	0,87	1,56	 	
	Diós tészta suli*	2 527,18	604,59	17,58	24,46	5,19	77,81	15,98	0,70	 	
	Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		
	Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
Összesen:	6 792,62	1 621,11	53,73	49,39	12,89	227,88	21,10	4,79			
2021.12.07. kedd (00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi sertés	196,46	47,00	2,00	4,22	1,44	0,44	0,10	0,40		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Csupgatott tojás leves suli*	464,37	111,09	3,53	7,59	1,24	7,05	0,12	1,42	 	
	Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	2,49		
	Uborka saláta I*	166,24	39,77	0,97	0,09	0,00	8,72	6,99	0,72		





2021.12.07	(00482) Gyermek 17 10 11	E	Pulyka Gordon blue	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		U	Teljes kiőrlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50			
			Összesen:	4 574,90	1 094,47	27,26	31,43	11,64	154,04	30,34	6,42			
2021.12.08. szerda	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T	Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15			
			Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Kukoricás kenyér	679,25	162,50	5,68	0,71	0,19	32,47	0,84	0,88			
		E	Vajgaluska leves I*	447,18	106,98	3,60	3,90	0,79	14,10	0,02	0,77			
			Fokhagymás sertéscsík I*	1 152,50	275,72	14,18	23,77	7,34	0,95	0,00	1,61			
			Parajfőzelék I*	798,35	152,17	8,37	9,24	1,50	18,37	0,00	1,18			
			Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70			
		U	Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15			
			Sós kalács 44 gr	606,94	145,20	4,76	1,44	0,47	26,89	2,01	1,56			
			Összesen:	4 685,97	1 082,22	45,27	42,54	12,22	135,32	14,07	7,00			





2021.12.09. csütörtök	Gyermek (7-10, 11-14év) (00482)	T	Csicseriborsókrém I*	527,49	3,55	8,00	1,56	0,22	19,91	0,00	1,21		
			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		
		E	Zellerkrémleves mir. I*	526,59	116,27	2,70	7,69	1,24	11,10	0,34	1,18		
			Csirkemell vadász módra I*	780,67	181,29	20,99	8,47	1,07	6,31	0,00	1,30		
			Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,60		
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
			U	Mákos madárka	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58	
				Összesen:	6 117,35	1 325,65	57,92	33,92	7,32	221,41	7,50	7,24	
2021.12.10. péntek	Gyermek (7-10, 11-14év) (00482)	T	Túrókrém snidlinges I*	190,37	45,54	4,29	2,60	1,70	1,18	1,16	0,24		
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Csirkebecsinált leves I*	707,56	169,27	10,70	8,57	1,21	11,77	0,05	1,29		
			Szilva tölt. derelye mir I*	2 832,52	677,64	15,68	11,27	4,50	124,36	13,97	0,84		
		U	Pogácsa vajas	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:	6 533,97	1 563,15	45,84	36,74	13,54	237,74	31,88	4,19	





2021.12.11. szombat (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	
		Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44	
		Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97	
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
	E	Zöldségleves I*	387,77	92,77	2,58	4,08	0,43	11,11	0,00	0,86	
		Grill virsli I*	1 085,01	259,57	12,00	23,71	6,42	0,10	0,00	1,90	
		Burgonya főzelék I*	1 330,70	318,35	7,09	9,76	2,02	49,36	0,50	1,51	
		Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70	
	U	Tönkölymagvas fűszeres kocka	1 659,46	397,00	8,91	11,40	7,48	41,88	3,69	2,28	
		Összesen:	6 230,13	1 490,46	45,04	59,19	19,63	167,51	5,71	8,78	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

