



Tételes étlap 2022.12.05. - 2022.12.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 12. 05. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	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/ ovi	669,61	160,19	7,79	8,79	2,74	12,21	0,70	1,25	 	
	Diós tészta ovi*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	 	
	Diósorot O*	717,34	44,17	3,72	11,40	2,78	13,33	10,99	0,01		
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	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:	5 258,65	1 126,69	41,81	33,45	10,27	184,44	25,61	4,51		
2022. 12. 06. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 	
	Teljes kiőrlésű kakaós csiga	1 701,26	407,00	7,93	10,37	6,95	52,76	22,38	0,50		
	E Zellerkrémleves (friss) O*	232,59	55,64	2,24	1,47	0,79	8,15	0,44	0,58	 	
	Levesgyöngy	138,03	33,02	0,50	2,29	0,28	2,57	0,00	0,06	 	
	Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
	Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79		





2022. 12. 06. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Rántott csirkemell zabk.O*	1 053,37	252,00	20,31	9,20	1,21	21,68	0,00	1,03					
		U	Margarin Light	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,00	0,09				
			Párizsi sajtos	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,00	0,39				
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,75	0,77				
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	0,00				
			Összesen:	5 762,90	1 378,67	53,43	38,16	14,46	183,73	33,56	7,47					
2022. 12. 07. szerda	(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					
			Túrókrém snidlinges O*	188,70	45,14	4,24	2,59	1,70	1,16	1,16	0,24	0,24				
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	0,56				
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	0,01				
		E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50	0,50				
			Csirkemell vadász módra O*	543,63	126,77	15,68	5,41	0,70	4,42	0,00	0,96	0,96				
			Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30	0,30				
		U	Mákos madárka	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58	0,58				
			Összesen:	4 022,48	959,02	46,91	26,58	7,52	128,61	7,46	3,42					





2022. 12. 08. csütörtök													
2022. 12. 09. péntek													
2022. 12. 08. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
			Barackíz	181,25	43,36	0,08	0,00	0,00	10,70	9,35	0,00		
			Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
		E	Vajgaluska leves O*	342,46	81,93	3,24	2,64	0,46	11,06	0,01	0,12	 	
			Fokhagymás sertéscsík O*	478,68	114,52	12,71	6,72	1,94	0,67	0,00	0,52		
			Parajfőzelék ovi*	530,75	126,97	5,91	6,27	1,06	11,60	0,00	0,54	 	
			Korpás Kenyér	401,28	96,00	3,53	0,49	0,12	18,86	0,49	0,42		
		U	Gyümölcsjoghurt 125g	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18		
	Összesen:	3 085,40	738,13	34,18	19,94	5,94	103,15	33,19	2,63				
2022. 12. 09. 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		
			Margarin Light	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	 	
			Magvas kenyér	510,80	122,20	3,76	1,96	0,16	21,60	0,00	0,68		
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
		E	Csirkebecsinált leves O*	445,74	106,64	7,96	4,56	0,69	8,26	0,01	0,62	 	
			Szilvalekváros gombóc mir ovi*	1 597,61	382,20	12,39	2,36	0,00	75,49	0,00	0,39		
			Fahéjas porcukor O*	334,15	79,94	0,04	0,03	0,01	19,78	18,98	0,00		
		U	Babapiskóta	556,00	133,01	3,65	2,08	0,50	24,68	11,99	0,06	 	





2022. 12. 09	(00481 ,	U	Kiwi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01	
Összesen:				4 476,87	1 071,02	38,62	21,98	5,52	173,31	31,08	2,59	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

