



Tételes étlap 2023.12.04. - 2023.12.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 12. 04. hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,62	36,51	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Tonhalas krém	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,25	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		
	E Palócleves mir O*	647,38	154,88	7,64	8,68	2,71	11,16	0,66	1,25	 	
	Diósorozat O*	731,36	174,97	3,04	13,04	1,22	12,39	10,99	0,00		
	Diós tészta ovi*	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	 	
	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:	5 197,10	1 243,34	40,61	34,91	8,43	179,80	23,61	4,48		
2023. 12. 05. kedd (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Kakaó ovi	636,99	152,39	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	 	
	Teljes kiörlésű 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	  	
	Pulyka nuggets O*	888,49	212,56	10,80	18,23	0,85	0,18	0,00	2,25		
	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		





2023. 12. 05. kedd											
(00481) Gyermekek (4-6 év)											
U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Párizsi sajtos, baromfi	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	Összesen:	5 598,02	1 339,23	43,92	47,19	14,10	162,23	33,56	8,69		
2023. 12. 06. szerda											
(00481) Gyermekek (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		
	Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
E	Csurgatott tojás leves ovi*	370,00	88,51	3,62	6,09	1,11	4,69	0,08	0,50		
	Csirkemell vadász módra O*	543,63	126,77	15,68	5,41	0,70	4,42	0,00	0,96		
	Párolt rizs O*	1 086,87	260,02	4,87	5,78	0,68	46,85	0,01	0,30		
U	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 593,41	856,38	42,35	26,86	5,89	110,94	5,25	2,85		





2023. 12. 07. csütörtök													
2023. 12. 08. péntek													
2023. 12. 07. csütörtök	(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		
			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*	341,80	81,77	3,24	2,64	0,60	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 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18		
	Összesen:	3 047,78	729,13	34,05	19,93	6,08	101,10	31,23	2,61				
2023. 12. 08. 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, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
			Olasz felvágott	355,00	84,93	2,56	4,70	3,20	0,20	0,10	0,32	  	
			Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
			Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
		E	Csirkebecsinált leves O*	450,02	107,66	8,00	4,57	0,69	8,45	0,01	0,62	 	
			Tejberizs O*	1 214,04	290,44	9,60	4,51	2,31	52,72	14,99	0,28		
		U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
	Összesen:	4 421,42	1 057,76	37,61	39,09	15,98	124,75	16,72	4,75				





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

