



Tételes étlap 2022.01.31. - 2022.02.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.01.31. 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		
	Sertésmájkrém 65 g	368,96	88,27	4,42	6,93	2,36	1,95	0,00	0,61	 	
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Pulykaraguleves mir. O*	799,51	191,27	11,45	9,87	1,94	13,87	0,01	1,14	 	
	Tejberizs O*	1 463,58	253,08	10,71	5,81	2,79	63,34	24,98	0,30	 	
	Gyümölcsöntet O*	349,89	83,71	0,48	0,22	0,00	19,55	9,99	0,01	 	
	U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
Összesen:	5 521,65	1 223,91	43,08	38,88	18,16	175,40	48,52	3,65			
2022.02.01. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Sonkaszalámi	72,73	17,40	2,24	0,56	0,22	0,86	0,10	0,56		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	E Karfiollevés O*	262,23	62,74	2,09	3,10	0,33	6,47	0,00	0,80		
	Bolognai Spagetti O*	2 044,08	467,11	21,72	22,61	7,07	49,07	0,00	2,18	 	





2022.02.01	(00481) Gyermek (4-6 év)	E	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
		U	Kalács kakaós	729,41	174,50	5,83	2,64	1,69	27,25	1,77	0,43	
			Összesen:	5 065,37	1 092,85	48,53	38,65	12,76	157,08	2,74	5,55	
2022.02.02. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27	
			Teljes kiörlésű pudingos táska	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90	
		E	Lebbencsleves O*	304,68	72,89	1,80	2,13	0,25	11,39	0,00	1,08	
			Eszterházy csirkeragu O*	561,33	134,29	15,73	6,26	1,70	3,52	0,50	1,18	
			Bulgur köret o*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	1,50	
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
		U	Sajtkrém	119,55	28,60	0,76	2,40	1,56	1,00	1,00	0,30	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00	
			Összesen:	6 263,47	1 401,37	54,79	34,59	14,37	225,13	29,23	7,57	
2022.02.03. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Vaniliás tej 2 dl ovi*	608,63	48,54	6,82	3,00	1,63	22,64	6,99	0,27	
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Paprikás szalámi	476,52	114,00	3,60	8,32	4,26	0,20	0,10	0,80	
			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	





2022.02.03. csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)	E	Húsgombóclevés O*	466,01	111,49	3,99	7,72	1,79	6,30	0,00	1,17		
		Grill virsli O*	684,21	163,69	7,80	14,86	4,11	0,07	0,00	1,24		
		Szárazbabfőzelék O*	1 058,46	253,22	14,34	4,42	0,53	38,73	0,00	1,00		
		Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
	U	Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
	Összesen:	6 650,45	1 490,04	61,50	50,55	17,01	190,92	16,01	7,30			
2022.02.04. péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kukoricás kenyér	543,40	130,00	4,54	0,57	0,15	25,97	0,67	0,70		
	E	Zöldborsólevés O*	391,57	93,68	3,75	3,98	0,43	10,48	0,00	0,84		
		Rántottcsirkemell sokmagos O*	1 027,63	245,84	19,51	10,59	1,27	17,84	0,00	1,62		
		Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99		
		Vegyes friss saláta ovi*	155,47	37,19	0,93	0,13	0,02	7,91	4,00	0,23		
	U	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
		Összesen:	4 817,88	1 152,59	40,96	34,41	11,85	143,98	14,96	7,61		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

