



Tételes étlap 2025.01.27. - 2025.02.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 27. hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Szárnyasmájkrém 65g	283,37	67,79	1,49	6,60	0,00	0,05	0,00	0,45		
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64		
	Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	E Kassai burg.leves (sertés) O*	627,00	150,00	8,87	9,62	2,91	6,64	0,59	0,72		
	Szilva tölt. derelye mir O*	1 685,36	403,20	10,29	3,03	0,00	80,96	0,00	0,98		
	Fahéjas porcukor O*	334,15	79,94	0,04	0,03	0,01	19,78	18,98	0,00		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	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:	5 266,17	1 259,85	34,69	35,43	13,96	173,20	30,40	3,60			
2025. 01. 28. kedd (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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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 Karfiol leves O* (fehér)	205,64	49,20	0,96	3,87	0,44	2,55	0,00	0,83		





2025. 01. 28. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Bolognai Szósz O*	970,41	210,25	11,63	18,28	5,55	5,00	0,00	0,60	
		Tészta köret spagetti O.	1 050,81	251,39	9,00	4,36	0,64	43,74	0,00	0,67	
		Trappista sajt, zsíros, félkem	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	
	U	Kuglóf, kakaós	378,29	90,50	2,50	1,18	0,76	15,59	4,09	0,19	
		Összesen:	4 558,07	1 068,54	45,38	41,50	14,06	127,88	4,96	4,32	
2025. 01. 29. szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	10,03	0,38	
		Teljes kiörlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90	
	E	Lebbencsleves O*	314,12	75,15	2,02	2,36	0,34	11,55	0,14	0,66	
		Eszterházi csirkeragu O*	561,33	134,29	15,73	6,26	1,70	3,52	0,50	0,79	
		Bulgur köret O*	1 038,29	248,39	7,40	5,46	0,67	45,72	0,01	0,32	
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
	U	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18	
		Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00	
		Sárgarépa friss	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06	
		Összesen:	4 763,59	1 139,60	44,30	29,98	10,34	159,08	28,07	3,30	






2025. 01. 30. csütörtök												
2025. 01. 31. péntek												
Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	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		
		Csirkemell sonka	70,22	16,80	3,70	0,16	0,04	0,16	0,08	0,52		
		Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E	Húsgombóclevés O*	466,01	111,49	3,99	7,72	1,79	6,30	0,00	0,77		
		Grill virsli O*	666,67	159,49	7,80	14,39	4,06	0,07	0,00	1,24		
		Babfőzelék O*	1 015,04	242,83	13,93	4,39	0,53	36,62	0,00	0,60		
		Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29		
	U	Krémtúró vanilliás 90g	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04		
Összesen:		3 894,27	931,65	50,11	42,74	13,90	85,12	8,40	3,82			
Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
		Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,00	11,40	9,60	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	0,64		
		Rántottcsirkemell lenmagos O*	1 011,25	241,92	19,49	10,23	1,27	17,71	0,00	0,93		
		Petrezselymes burg.eh. O*	822,39	196,74	4,54	5,00	0,56	33,22	0,00	0,51		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		





2025. 01.31	( 00481 ,	U	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
Összesen:				4 920,41	1 177,12	41,42	44,08	9,32	148,37	24,40	6,15		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

