






Tételes étlap 2020.12.07. - 2020.12.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2020.12.07. 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 korpás	69,54	16,64	0,70	0,10	0,01	3,20	0,00	0,07		
	TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Palócleves /konz/ isk	1 394,13	333,52	18,45	16,49	4,93	27,09	1,04	3,09	 	
	Diós tészta suli*	2 553,98	611,00	19,18	25,74	5,42	74,93	15,98	0,76	 	
	Mandarin	391,96	93,77	1,40	0,60	0,00	19,60	0,00	0,01		
	U Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
Összesen:	5 619,80	1 340,53	49,09		13,63	168,50	20,66	5,33			
2020.12.08. 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		
	Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,00	 	
	Zsemle, tönköly	1 083,46	259,20	9,77	2,63	0,84	44,52	0,31	1,12		
	Kápia paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	E Vajgaluska leves I*	437,25	104,61	3,53	3,89	0,79	13,60	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		






2020.12.10.	2020.12.09.	2020.12.10.										
2020.12.10. szerda	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	U	Teljes kiőrlésű fahéjas csiga	1 697,08	406,00	6,59	9,73	6,57	55,22	22,82	0,50	
			Összesen:	6 346,89	1 479,58	51,31		20,94	164,75	23,97	6,00	
		T	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	Csurgatott tojás leves suli*	464,37	111,09	3,53	7,59	1,24	7,05	0,12	1,42	
			Panírozott pulyka nuggets*I	679,75	162,62	12,00	12,12	0,01	0,20	0,00	2,50	
			Burgonya petrezselymes I*	1 090,19	260,81	6,34	3,29	0,38	50,20	0,00	2,49	
			Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23	
		U	Kockasajt ízesített 140g 8cikk	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15	
			Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48	
			Összesen:	4 227,70	1 011,41	37,15		5,45	140,40	12,39	10,15	
2020.12.10. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T	Csicseriborsókrém I*	655,66	3,55	9,98	1,90	0,27	24,80	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	
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Csirkemell vadász módra I*	780,67	181,29	20,99	8,47	1,07	6,31	0,00	1,30	
			Összesen:									





2020.12.10. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	E	Párolt rizs I*	1 447,09	346,19	6,48	7,70	0,90	62,37	0,01	0,60	
			Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
		U	Mákos madárka	895,36	214,20	6,16	2,92	1,63	36,27	6,21	0,58	
			Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02	
			Összesen:	6 335,98	1 347,29	63,50		7,37	210,70	7,50	7,15	
2020.12.11. péntek	(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	T	Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44	 
			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	Tönkölymagvas fűszeres kocka	1 659,46	397,00	8,91	11,40	7,48	41,88	3,69	2,28	
			Összesen:	6 134,44	1 467,57	46,51		15,63	211,63	20,95	5,76	
2020.12.12. 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	
			Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	   
			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	   





2020.12.12. szombat	(00482) Gyermek (7-10 éves)	E	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	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89			
			Összesen:	6 297,19	1 506,50	43,68		17,71	177,60	16,74	7,41			

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

