



## Tételes étlap 2020.12.07. - 2020.12.13.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2020.12.07. hétfő	(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		
		Tonhalas krém	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle korpás	2,78	0,67	0,03	0,00	0,00	0,13	0,00	0,00		
		TV paprika	16,38	0,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		E Palócleves mir O*	753,91	180,36	10,71	10,10	3,18	11,22	0,66	1,27	 	
		Diós tészta ovi*	1 872,39	447,94	14,39	18,61	3,99	55,20	10,99	0,62	  	
		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:	4 420,81	1 053,69	36,76		10,45	140,12	24,96	3,45			
2020.12.08. kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Teljes kiőrlésű fahéjas csiga	1 697,08	406,00	6,59	9,73	6,57	55,22	22,82	0,50		
		E Vajgaluska leves O*	375,22	89,77	3,32	3,34	0,65	11,35	0,01	0,72	    	
		Fokhagymás sertéscsík O*	870,91	208,35	10,61	18,06	5,53	0,61	0,00	1,08		
		Parajfőzelék ovi*	503,62	96,22	5,37	5,79	0,94	11,58	0,00	0,91	 	
		Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56		
		U Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		





2020.12.08. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	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				
			Összesen:	5 980,50	1 309,42	50,15		20,01	159,68	23,80	5,28				
2020.12.09. szerda	(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				
			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	Csurgatott tojás leves ovi*	306,24	73,26	2,31	4,94	0,82	4,81	0,11	0,99				
			Panírozott pulyka nuggets	543,80	130,09	9,60	9,69	0,01	0,16	0,00	2,00				
			Burgonya petrezselymes O*	859,13	205,53	5,09	2,26	0,26	40,20	0,00	1,99				
			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:	3 756,29	898,62	32,01		4,88	131,91	21,88	8,69				
2020.12.10. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
			Csicseriborsókrém O*	527,36	3,51	8,00	1,55	0,22	19,90	0,00	1,01				
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23				





2020.12.10. csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
	E	Zellerkrémleves mir. O*	430,75	95,77	2,12	6,46	1,01	8,79	0,25	1,13	
		Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	0,40	
		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:	5 920,30	1 186,06	60,82		8,13	196,68	7,41	6,63	
	2020.12.11. péntek (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
Kőrözött túró házi ovi*			165,21	39,52	3,58	2,05	1,32	1,64	0,91	0,42	
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 O*	453,78	108,56	7,97	4,58	0,70	8,52	0,04	1,10	
		Szilva tölt. derelye mir O*	2 133,26	510,35	11,64	9,03	3,75	92,60	11,64	0,54	
U		Tönkölymagvas fűszeres kocka	1 659,46	397,00	8,91	11,40	7,48	41,88	3,69	2,28	
		Összesen:	5 508,60	1 220,78	44,80		15,35	186,57	18,16	5,52	





2020.12.12. szombat (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			
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,12		
		Párizsi baromfi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,00	0,46		
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78			
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00			
	E	Zöldségleves O*	299,49	71,65	2,03	3,09	0,32	8,65	0,00	0,85			
		Grill virsli O*	684,21	163,69	7,80	14,86	4,11	0,07	0,00	1,24			
		Burgonya főzelék O*	939,29	224,71	5,13	6,23	1,32	36,17	0,33	0,81			
		Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56			
	U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89			
Összesen:		5 337,09	1 276,81	35,51		14,51	159,48	25,96	5,86				

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

