



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 03. hétfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Vaniliás tej 1,5 dl bölcsei*	519,04	124,17	4,55	3,75	2,03	18,02	6,67	0,15		
		Vaj 100g háromnegyed zsíros	31,52	7,54	0,01	0,83	0,52	0,01	0,01	0,00		
		Kalács kakaós	565,14	135,20	3,32	3,04	1,40	23,60	3,92	0,28		
	T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	E	Majorannás Csmell csíkok B*	376,54	90,08	9,93	5,33	0,66	0,49	0,00	0,08		
		Zöldbabfőzelék kefires bölcsei	876,13	209,60	8,74	7,70	1,74	25,62	0,29	0,10		
	U	Zala felvágott	182,25	43,60	2,60	3,60	1,48	0,22	0,10	0,44		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Összesen:	3 405,14	814,62	34,61	27,59	8,67	103,88	11,47	1,90		
2025. 02. 04. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsei	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
		Gabonagolyó kakaós	238,14	56,97	1,50	0,30	0,06	12,00	3,74	0,12		
		Sajtkrém bölcsei	569,88	136,34	5,54	12,62	6,87	0,36	0,00	0,51		
		Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
		Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		





2025. 02. 04. kedd											
2025. 02. 05. szerda											
2025. 02. 04. kedd (00480) Gyermek (1-3 év)	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
	E	Húsleves b*	344,88	82,02	6,52	2,16	0,66	9,08	0,00	0,17	
		Rakott burgonya bölcsi	1 170,06	279,92	10,99	14,98	5,94	24,81	0,66	0,64	
		Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Túrókrém kapros B*	117,69	28,16	2,57	1,65	1,08	0,72	0,72	0,02	
		Rozsos kenyér	405,20	96,94	2,64	0,32	0,04	20,00	0,20	0,60	
		Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00	
	Összesen:		4 285,95	1 024,87	41,68	37,12	17,08	128,50	5,80	4,28	
2025. 02. 05. szerda (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsi	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	
		Főtt tojás bölcsi	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
		Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
		Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64	
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Májfelfújt bölcsi	752,04	179,91	11,97	7,84	1,61	15,01	0,11	0,36	
		Brokkoli-karfiolfőz.mir. B*	624,70	149,45	8,03	5,07	1,14	17,77	0,00	0,10	
	U	Kockasajt ízesített,félzs.17,5	143,37	34,30	1,92	2,62	1,71	0,82	0,71	0,15	
Zsemle		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2025. 02. 05	(00480)	U	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04	
			Összesen:	3 500,65	837,47	40,69	27,64	8,84	102,00	1,57	2,40	
2025. 02. 06. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Csipkebogyótea bölcsei	87,99	21,05	0,06	0,01	0,00	5,08	5,00	0,00	
			Kefír	276,36	66,11	6,80	0,20	0,11	9,20	0,00	0,60	
			Párizsi krém bölcsei	307,75	73,62	2,38	7,14	3,03	0,06	0,00	0,47	
			Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
		T	Sütőtök	487,62	116,66	2,25	0,90	0,00	24,75	0,00	0,03	
		E	Húsgombóc bölcsei	709,82	169,81	7,66	7,78	2,69	17,08	0,00	0,07	
			Paradicsom mártás bölcsei	665,98	137,42	3,78	5,05	0,54	24,47	5,99	0,30	
			Tört burgonya félada bölcsei	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,10	
		U	Búrkifli, mákos	669,32	160,13	3,02	5,10	2,47	19,80	8,49	0,16	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Összesen:	4 081,26	954,47	32,31	27,33	9,01	142,58	20,14	2,30		
2025. 02. 07. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej 1,5dl bölcsei	377,39	90,28	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	
			Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00	
			Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78	
		T	Gyümölcsle 100%-os	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00	
		E	Petrezselymes pulyka vagdalt b	932,11	222,99	15,71	11,07	2,63	14,68	0,18	1,51	





2025. 02. 07. péntek (00480) Gyermek (1-3 év)	E	Zöldborsófőzelék mir. bölcsei*	873,35	208,94	13,24	4,75	1,19	27,76	0,00	0,29		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	U	Halkrém bölcsei*	242,28	57,96	4,00	4,39	1,24	16,56	0,00	0,06		
		Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	388,16	92,86	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		Összesen:	4 273,95	1 016,59	48,78	25,89	7,51	161,72	13,12	3,26		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

