



Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 17. hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09		
	Ínyenc sonka	85,40	20,43	3,28	0,48	0,18	0,70	0,00	0,44		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	E Tarhonyaleves O*	387,45	92,69	2,65	3,36	0,38	12,92	0,05	0,67		
	Chilis bab O*	1 777,30	412,05	18,23	21,77	6,03	38,57	0,00	3,84		
	Graham kenyér	397,52	95,10	4,30	0,63	0,17	16,13	0,26	0,45		
	U Almás linzer	1 040,82	249,00	3,40	7,33	3,42	39,65	18,91	0,23		
Összesen:	4 543,02	1 073,70	37,22	37,98	11,38	141,97	27,41	6,63			
2025. 02. 18. kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Gabonagolyó kakaós	317,52	75,96	2,00	0,40	0,08	16,00	4,98	0,16		
	E Bableves virslikarikával ovi*	682,48	163,27	7,90	6,08	1,27	19,14	0,01	0,96		
	Gránátos kocka O*	1 608,82	384,88	11,40	9,69	1,24	62,23	0,00	0,98		
	Vegyes vágott savanyúság	49,90	11,94	0,66	0,12	0,00	2,04	0,00	0,53		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2025. 02. 18.	00481	U	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46	
			Összesen:	4 572,27	1 093,84	35,96	27,95	10,39	156,77	11,59	3,37	
2025. 02. 19. szerda	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tea Instant O*	152,91	36,58	0,74	0,04	0,01	8,24	7,71	0,13	
			Körözött túró	153,82	36,80	4,08	2,00	1,30	0,76	0,26	0,20	
			Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Fahéjas Szilvaleves O*	410,13	98,12	0,60	0,04	0,00	23,26	10,02	0,06	
			Pulykarizottó O*	794,71	190,12	15,21	11,44	2,51	6,27	0,00	1,88	
			Trappista sajt, zsíros, félkem	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	
		U	Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01	
	Összesen:	3 749,48	897,00	41,34	24,08	9,82	109,78	25,64	4,33			
2025. 02. 20. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Epres tej O*	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85	
		E	Karalábéleves (piros) O*	288,60	69,04	1,72	3,52	0,39	7,45	0,00	0,69	
			Sertés pörkölt O*	816,84	195,42	10,67	16,36	5,00	2,45	0,23	1,07	
			Tökfőzelék O*	588,89	140,88	3,69	5,47	1,82	18,76	1,66	0,67	
			Kenyér teljes kiörlésű, szel.	291,12	69,65	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,29	





2025. 02. 20. csütörtök	(00481) Gyermek (4-6 év)	U	Margarin, csészés 32% zsírt.	159,89	38,25	0,00	3,75	1,05	0,00	0,00	0,09	
			Párizsi sajtos, baromfi	200,42	47,95	2,60	3,80	1,41	0,78	0,00	0,39	  
			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	
			Összesen:	4 334,49	1 036,96	38,45	42,59	14,82	114,34	11,71	4,32	
2025. 02. 21. péntek	(00481) Gyermek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	636,99	152,39	7,85	3,75	1,97	21,05	10,03	0,38	 
			Tojáskrém O*	169,33	40,51	2,20	3,20	0,85	0,30	0,00	0,39	  
			Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64	 
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		E	Zabgaluskás leves O*	376,48	90,07	3,01	3,70	0,45	10,79	0,02	0,30	 
			Panírozott halrudak O*	831,87	199,01	7,44	11,83	0,85	14,56	0,00	0,00	
			Zelleres Burgonyap. ovi*	854,53	204,43	5,84	4,63	2,09	34,07	0,00	0,54	 
		U	Tejberizs kis poharas 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56	
			Összesen:	4 215,64	1 008,52	37,14	32,65	9,81	136,21	35,05	2,84	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

