



Tételes étlap 2022.02.28. - 2022.03.06.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.02.28. hétfő	(00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	T Harcsapástétom különféle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Magvas kenyér	672,98	161,00	5,87	1,26	0,27	30,56	0,73	0,95		
		Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		E Lencseleves húsos I*	1 106,35	264,68	16,96	8,83	1,42	29,02	0,00	1,08		
		Pite, almás	2 056,56	492,00	7,06	14,76	6,88	77,06	37,52	0,50		
		U Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
		Összesen:	5 246,11	1 255,05	39,72	29,04	10,93	183,70	45,90	3,54		
2022.03.01. 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		
		Téliszalámi	432,21	103,40	4,60	9,40	3,80	0,10	0,10	0,90		
		Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
		Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		E Gombaleves I*	435,49	104,18	1,77	7,26	1,55	7,78	0,41	0,84		
		Csirkemell sajtmártással*I	735,93	156,65	22,32	6,34	2,21	7,23	0,40	0,38		
		Mexikói párolt rizs I*	1 358,41	324,98	6,88	6,81	0,78	58,49	0,00	0,80		
		Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		





2022.03.01													
2022.03.02. szerda	(00482) Gyermekek (7-10, 11-14év)	U	Teljes kiőrlésű pudingos táská	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90		
		Összesen:			5 897,49	1 391,47	50,83	45,44	15,86	178,14	19,58	4,89	
		T	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Füstölt Edami sajt	292,60	70,00	5,20	5,40	3,60	0,16	0,00	0,00		
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	494,67	0,00	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		E	Vajgaluska leves I*	447,18	106,98	3,60	3,90	0,79	14,10	0,02	0,18		
			Fűszeres sertéstokány I*	1 161,17	274,51	14,83	22,00	7,13	4,77	0,00	0,77		
			Tészta kör. szarvacska I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,79		
			Káposztasaláta isk	223,67	53,51	1,68	0,23	0,03	10,85	5,00	0,73		
U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59				
Összesen:			5 463,92	1 185,53	49,02	50,50	16,59	161,99	12,90	3,68			
2022.03.03. csütörtök	(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		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		E	Lebbencsleves I*	523,80	125,31	3,01	4,19	0,50	18,52	0,00	1,32		
			Sertés aprópecsenye I*	1 201,14	287,35	14,57	23,91	7,36	3,20	0,02	1,17		
			Finomfőzelék I*	1 012,30	203,35	10,54	7,38	1,32	32,74	1,20	1,42		





2022.03.03. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	E	Magvas kenyér	672,98	161,00	5,87	1,26	0,27	30,56	0,73	0,95	
			Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00	
		U	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
			Kifli, vizes	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			Összesen:	5 369,63	1 245,77	44,87	49,70	13,53	158,77	23,93	6,00	
2022.03.04. péntek	(00482) Gyermek (7-10, 11-14év)	T	Vajkrém ízesített 200g	36,11	8,64	0,20	0,80	0,52	0,16	0,10	0,03	
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23	
			Madár saláta	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00	
		E	Karfiolkrémleves mir. isk	607,40	135,60	4,19	9,63	2,45	10,27	0,67	0,86	
			Tarhonyáshús I*	2 609,59	624,30	28,06	30,63	8,39	58,33	0,00	2,47	
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
		U	Teljes kiőrlésű tökmagos perec	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29	
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
			Összesen:	6 755,95	1 606,55	56,71	53,59	16,94	211,64	10,65	9,39	





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

