



Tételes étlap 2022.02.28. - 2022.03.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.02.28. hétfő (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		
	Harcspástétom különféle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Magvas kenyér	538,38	128,80	4,70	1,01	0,21	24,44	0,58	0,76		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	E Lencseleves húsos O*	835,01	199,76	12,94	6,74	1,11	21,59	0,00	0,86		
	Aranygaluska ovi*	1 937,70	353,86	13,78	15,85	3,99	65,89	15,19	0,34		
	Vaniliasodó aranyg. O*	484,66	55,28	4,28	1,88	1,02	20,34	7,99	0,22		
	U Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
Összesen:	5 395,55	1 120,42	46,40	29,72	8,70	189,61	41,08	3,34			
2022.03.01. kedd (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	0,12		
	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 O*	366,09	87,58	1,51	6,05	1,29	6,63	0,34	0,84		
	Csirkemell sajtmártással*O	693,56	147,48	19,81	6,39	2,28	7,11	0,46	0,38		





2022.03.01. kedd												
(00481) Gyermekek (4-6 év)												
E	Mexikói párolt rizs O*	983,84	235,37	5,08	4,87	0,56	42,37	0,00	0,60			
	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02			
	U Teljes kiőrlésű pudingos tásk	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90			
	Összesen:	5 600,73	1 321,44	47,13	42,39	15,46	171,04	29,24	4,84			
2022.03.02. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Karamellás tej O*	573,55	40,15	6,80	3,00	1,63	20,59	9,99	0,27	
			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.	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39	
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		E	Fűszeres sertéstokány O*	870,29	206,01	11,05	16,72	5,38	3,11	0,00	0,63	
			Vajgaluska leves O*	383,49	91,74	3,38	3,35	0,65	11,77	0,01	0,13	
			Tészta kör. szarvacsk	1 068,35	255,59	9,00	4,82	0,69	43,74	0,00	0,57	
			Káposztasaláta ovi	177,90	42,56	1,33	0,17	0,02	8,65	4,00	0,62	
		U Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59		
		Összesen:	5 182,08	1 045,80	47,54	45,88	16,08	157,12	21,88	3,33		





2022.03.03. csütörtök													
2022.03.04. péntek													
2022.03.03. csütörtök	(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		
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		E	Lebbencsleves O*	304,68	72,89	1,80	2,13	0,25	11,39	0,00	1,08		
			Sertés aprópecsenye O*	872,79	208,80	10,93	17,22	5,44	2,30	0,01	1,13		
			Finomfőzelék O*	757,66	152,14	8,27	5,09	0,94	25,10	1,00	0,81		
			Magvas kenyér	538,38	128,80	4,70	1,01	0,21	24,44	0,58	0,76		
			Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
			Összesen:	4 838,64	1 031,39	43,38	41,41	12,55	147,58	23,57	5,19		
2022.03.04. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Kakaó ovi	638,93	55,79	7,73	4,09	2,27	21,12	9,99	0,27		
			Főtt virsli ovi	566,81	135,60	7,20	12,00	3,60	0,06	0,00	1,14		
			Mustár vödrös	70,73	16,92	0,57	0,64	0,00	2,20	0,00	0,19		
			Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23		





2022.03.04. péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Karfiolkrémleves mir. ovi	506,80	113,96	3,50	7,98	1,92	8,71	0,51	0,84	
		Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tarhonyáshús O*	1 947,96	466,02	20,97	22,96	6,29	43,31	0,00	2,10	
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
	U	Teljes kiőrlésű tökmagos perlec	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:	7 259,88	1 632,47	64,43	60,26	19,69	219,49	20,38	10,57	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

