



Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 29. hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	142,20	34,02	1,34	2,60	0,00	1,30	0,60	0,18		
	Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	0,43	0,75		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Fejtett bableves I*	986,05	235,90	15,46	11,38	3,17	17,48	0,46	0,70		
	Darás metélt I*	1 920,63	459,48	13,70	8,29	1,07	81,98	5,99	0,93		
	Barackíz	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
	Összesen:	5 560,11	1 324,29	45,53	32,28	10,69	193,07	26,54	3,04		
2024. 04. 30. kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Túrókrém zöldfűszeres I*	205,36	49,13	3,68	3,20	2,07	1,30	1,24	0,34		
	Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
	Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Gyümölcsleves I*	407,01	97,37	0,41	0,20	0,01	23,33	11,43	0,01		
	Bácskai Rizseshús I*	2 561,02	612,68	22,39	29,48	7,91	66,34	0,45	2,10		
	Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43		



















2024. 05. 02. csütörtök		(00482) Gyermekek (7-10 év)												
2024. 04. 30.	(00482)	U	Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66			
			Összesen:	5 026,55	1 202,52	37,22	48,37	19,85	134,01	20,74	3,54			
2024. 05. 02. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
			Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84			
			Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80			
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01			
		E	Magyaros gombaleves I*	647,40	154,88	5,06	9,83	1,22	12,22	0,33	1,71			
			Sváb sertés aprópecsenye I*	2 051,63	479,87	18,91	42,62	10,64	7,28	0,00	1,80			
			Burgonyapüré I*	1 269,01	303,59	8,04	6,98	3,19	51,21	0,00	0,71			
			Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92			
		U	Szezámragos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59			
			Összesen:	5 769,78	1 369,38	47,27	69,21	18,71	133,75	6,75	8,50			
2024. 05. 03. péntek	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Vaj 100g háromnegyed zsíros	63,03	15,08	0,01	1,67	1,03	0,01	0,01	0,00			
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90			
			Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00			
		E	Karfiollevés I*(piros)	336,62	80,53	2,60	4,11	0,44	8,10	0,00	0,51			
			Panírozott halrudak isk	1 039,84	248,77	9,30	14,78	1,06	18,20	0,00	0,00			





2024. 05. 03. péntek	(00482) Gyermek (7-10 év)	E	Zöldborsófőzelék I*	1 293,65	309,49	17,70	7,92	1,45	41,15	2,00	0,66	 	
			Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		
		U	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	     	
			Gyümölcsjoghurt ital 100g 1%	313,50	75,00	2,80	0,80	0,50	13,30	13,30	0,00		
			Összesen:	5 179,77	1 239,19	48,12	41,00	7,66	163,65	17,79	3,16		
	(00485) Gyermek (7-10 év) B menü	E	Karfiollevés I*(piros)	336,62	80,53	2,60	4,11	0,44	8,10	0,00	0,51		
			Halfilé szezámagos I*	1 358,80	325,07	25,87	14,65	2,13	22,14	0,00	1,74	  	
			Zöldborsófőzelék I*	1 293,65	309,49	17,70	7,92	1,45	41,15	2,00	0,66	 	
			Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		
			Összesen:	3 666,23	877,09	51,94	27,45	4,20	103,59	2,60	3,88		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

