



Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár			
2024. 04. 08. hétfő	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Kakaó	472,38	113,01	5,25	4,37	2,38	13,03	5,00	0,17	7,(1)	46,61	
			Kalács	53,75	12,86	0,19	0,62	0,00	1,55	0,00	0,00		0,00	
			Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00	
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00	
			Karalábé	16,04	3,84	0,21	0,02	0,00	0,69	0,00	0,01		0,00	
		E	Árpagyöngy leves	377,11	90,22	2,19	3,03	0,33	13,27	0,00	0,22	1,9	0,00	
			Tarhonyáshús*	1 288,19	308,18	17,06	9,50	1,97	38,24	0,00	0,31	1	0,00	
			Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	10	56,20	
		U	Párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	0,00	
			Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00		0,00	
			Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00	
			Jég saláta	172,70	41,31	3,50	0,75	0,00	5,00	0,00	0,10		0,00	
			Összesen:	3 239,64	775,02	31,73	36,22	11,34	78,97	5,00	2,37		102,81	
		(00487) Gyermek (4-6 év)	R	Kakaó	600,99	143,78	6,99	5,82	3,17	15,70	5,00	0,23	7,(1)	0,00
				Kalács	53,75	12,86	0,19	0,62	0,00	1,55	0,00	0,00		0,00
	Vénusz margarin		265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00		
T	Alma		72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00		
	Karalábé		16,04	3,84	0,21	0,02	0,00	0,69	0,00	0,01		0,00		
E	Árpagyöngy leves		567,09	135,67	3,51	4,09	0,45	20,77	0,00	0,29	1,9	0,00		
	Tarhonyáshús		1 595,08	381,60	19,62	9,80	1,97	53,26	0,00	0,32	1	0,00		
	Csemege uborka		28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	10	56,20		
U	Párizsi		178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	0,00		
	Vaj		265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00		0,00		
	Teljes kiőrlésű kenyér		48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00		





2024. 04. 09. kedd	2024. 04. 09. (00487))0487)											
	U	Jég saláta	172,70	41,31	3,50	0,75	0,00	5,00	0,00	0,10		0,00
		Összesen:	3 865,12	924,66	37,35	39,03	12,25	104,16	5,00	2,51		56,20
	R	Gyümölcsstea	87,03	20,82	0,01	0,00	0,00	5,12	5,00	0,00		0,00
		Melegszendvics	241,92	57,88	1,90	3,92	1,56	3,57	0,70	0,28	1,7	0,00
		Ketchup	136,08	32,56	0,63	0,12	0,00	7,20	4,20	0,65	(1)	0,00
	T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00
		Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		0,00
	E	Májgaluska leves*	1 007,81	241,10	14,43	6,65	1,30	30,42	0,00	0,63	1,3,9	23,75
		Parajfőzelék	589,11	140,93	7,31	5,78	1,69	14,76	0,00	0,29	1,7	55,55
		Főtt virsli	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	0,15	(1),(6),(7),(10)	0,00
	U	Tonhal	107,20	0,00	4,72	0,59	0,16	0,00	0,00	0,19	4	0,00
		Citrom	25,56	6,11	0,08	0,12	0,00	0,46	0,00	0,00		0,00
		Búzakenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,25	0,50		0,00
		Összesen:	3 608,97	837,73	42,33	29,93	9,46	103,40	10,15	2,73		79,30
	R	Gyümölcsstea	89,32	21,37	0,02	0,00	0,00	5,21	5,00	0,00		0,00
		Melegszendvics	246,46	58,96	1,92	3,92	1,56	3,81	0,84	0,30	1,7	0,00
		Ketchup	136,08	32,56	0,63	0,12	0,00	7,20	4,20	0,65	(1)	0,00
	T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00
		Banán	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		0,00
	E	Májgaluska leves	1 007,81	241,10	14,43	6,65	1,30	30,42	0,00	0,63	1,3,9	0,00
		Parajfőzelék	725,53	173,57	8,36	7,04	1,95	18,99	0,00	0,31	1,7	0,00
		Főtt virsli	581,62	139,14	7,50	12,00	4,60	0,12	0,00	0,15	(1),(6),(7),(10)	0,00
	U	Tonhal	107,20	0,00	4,72	0,59	0,16	0,00	0,00	0,19	4	0,00
		Citrom	25,56	6,11	0,08	0,12	0,00	0,46	0,00	0,00		0,00
		Búzakenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,25	0,50		0,00
		Összesen:	3 752,22	872,00	43,41	31,19	9,72	107,96	10,29	2,77		0,00





2024. 04. 10. szerda													
2024. 04. 10. szerda	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tejes zabkása szórattal *	773,36	185,02	6,70	4,92	2,35	28,26	11,99	0,15	1,7	0,00
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00
			Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		0,00
		E	Almaleves *	522,03	124,89	1,79	3,90	1,72	20,07	7,99	0,01	1,7	0,00
			Csirkemell sütve*	669,96	160,28	16,85	5,39	0,68	10,89	0,00	0,21	1	0,00
			Párolt rizs *	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,11		0,00
			Csalamádé*	222,71	53,28	1,21	0,29	0,03	11,22	5,99	0,31		0,00
		U	Zöldségkrém	243,13	58,16	0,61	4,73	0,59	3,14	0,00	0,14	3,9,10,(1),(7)	0,00
			Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00
			Kaliforniai paprika	64,50	15,43	0,50	0,15	0,01	3,02	0,00	0,01		0,00
		Összesen:	3 614,20	864,64	32,61	24,56	5,94	126,03	25,97	0,98		0,00	
	(00487) Gyermek (4-6 év)	R	Tejes zabkása szórattal	993,23	237,61	8,88	6,49	3,09	35,64	13,99	0,20	1,7	0,00
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00
			Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		0,00
E		Almaleves	522,03	124,89	1,79	3,90	1,72	20,07	7,99	0,01	1,7	0,00	
		Csirkemell párizsiasan	609,32	145,77	17,86	3,01	0,64	11,63	0,00	0,26	1,3,7	214,43	
		Párolt rizs	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,11		0,00	
		Csalamádé	222,71	53,28	1,21	0,29	0,03	11,22	5,99	0,31		0,00	
U		Zöldségkrém	278,57	66,64	0,62	5,66	0,71	3,14	0,00	0,14	3,9,10,(1),(7)	0,00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00	
		Kaliforniai paprika	64,50	15,43	0,50	0,15	0,01	3,02	0,00	0,01		0,00	
	Összesen:	3 808,87	911,20	35,81	24,68	6,76	134,15	27,97	1,08		214,43		
2024. 04. 11. csütörtök	(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7	0,00
			Sárgabarack lekvár	214,12	51,23	1,06	0,02	0,00	11,47	9,99	0,00	(12)	0,00
			Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00
			Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00
	T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00	
		Kiwi	127,28	30,45	0,50	0,30	0,00	5,65	0,00	0,01		0,00	





2024. 04. 11. csütörtök													
(00480) Gyermek (1-3 év)	E	Burgonya krémleves*	319,66	76,47	2,28	0,19	0,02	16,08	0,00	0,20	1	0,00	
		Francia rakottburgonya *	1 328,71	317,87	9,84	13,07	4,75	39,28	0,00	0,22	1,3,7	0,00	
		Kruton	436,26	104,37	1,68	7,15	1,92	8,12	0,00	1,10	1,9,(7)	0,00	
	U	Csabai száraz kolbász	384,30	91,94	3,96	8,38	2,92	0,06	0,00	0,44		0,00	
		Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00	
		Retek	3,05	0,73	0,06	0,01	0,00	0,11	0,00	0,01		0,00	
		Összesen:	4 018,35	961,32	27,22	49,00	16,45	99,51	9,99	2,48		0,00	
	(00487) Gyermek (4-6 év)	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7	0,00
			Sárgabarack lekvár	214,12	51,23	1,06	0,02	0,00	11,47	9,99	0,00	(12)	0,00
			Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00
			Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00
			Kiwi	127,28	30,45	0,50	0,30	0,00	5,65	0,00	0,01		0,00
E		Felesborsó krémleves	560,38	134,06	8,09	0,57	0,09	23,98	0,00	0,21	1	0,00	
		Kruton	436,26	104,37	1,68	7,15	1,92	8,12	0,00	1,10	1,9,(7)	0,00	
		Francia rakottburgonya	1 328,71	317,87	9,84	13,07	4,75	39,28	0,00	0,22	1,3,7	0,00	
U		Csabai száraz kolbász	384,30	91,94	3,96	8,38	2,92	0,06	0,00	0,44		0,00	
		Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	48,52	11,61	0,40	0,04	0,00	2,28	0,00	0,03	1	0,00	
		Retek	3,05	0,73	0,06	0,01	0,00	0,11	0,00	0,01		0,00	
		Összesen:	4 259,07	1 018,91	33,03	49,38	16,52	107,41	9,99	2,49		0,00	
(00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tojás karika	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3	0,00	
		Citromos tea	93,44	22,35	0,03	0,03	0,00	5,23	5,00	0,00		0,00	
		Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00	
		Búzakenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,25	0,50		0,00	
	T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00	
		Sárgarépa	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		0,00	
	E	Hashéleves	247,45	59,20	0,69	4,35	0,50	4,22	0,00	0,78	1,9	0,00	





2024. 04. 12. péntek	(00480) Gyermek (1-3 év)	E	Darászfészek*	1 519,11	363,42	12,28	10,06	2,99	55,81	9,99	0,21	1,3,7	0,00
		U	Trappista sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,05	7,(1)	0,00
			Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00
			Zsemle	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,10	1	0,00
			Uborka	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		0,00
			Összesen:	3 637,45	870,19	28,10	37,36	11,67	104,09	15,24	2,10		0,00
	(00487) Gyermek (4-6 év)	R	Citromos tea	93,44	22,35	0,03	0,03	0,00	5,23	5,00	0,00		0,00
			Tojás karika	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3	0,00
			Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00
			Búzakenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,25	0,50		0,00
		T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		0,00
			Sárgarépa	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		0,00
		E	Hashéleves	247,45	59,20	0,69	4,35	0,50	4,22	0,00	0,78	1,9	0,00
			Darászfészek	2 036,66	487,24	16,37	13,41	3,99	75,08	13,99	0,28	1,3,7	0,00
		U	Trappista sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,05	7,(1)	0,00
			Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	0,00
			Zsemle	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,10	1	0,00
			Uborka	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		0,00
			Összesen:	4 155,00	994,01	32,19	40,71	12,67	123,36	19,24	2,17		0,00

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

