



Tételes étlap 2024.08.19. - 2024.08.25.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 08. 21. szerda	(00480) Gyermek (1-3 év)	R Gyümölcsstea	87,03	20,82	0,01	0,00	0,00	5,12	5,00	0,00	
		Reszelt Karotta	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09	
		Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00	
		Búzakenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,25	0,50	
		T Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01	
		Szilva	125,83	30,10	0,35	0,09	0,00	6,55	0,00	0,01	
		Köles golyó	703,08	168,20	0,00	18,60	2,40	0,00	0,00	0,00	
		E Tojásleves*	618,35	147,93	3,63	11,37	1,55	7,60	0,00	0,16	1,3
		Lecsós virsli	409,18	97,89	2,91	8,73	2,06	1,80	0,00	0,36	(1),(6),(7),(10)
		Bulgur	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	
	U Gyümölcsjoghurt	336,08	80,40	2,54	3,79	1,32	8,85	7,26	0,05	7	
	Kifli	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,07	1	
	Összesen:	3 284,22	785,69	15,55	50,39	10,89	65,79	12,51	1,45		
	(00487) Gyermek (4-6 év)	R Gyümölcsstea	89,32	21,37	0,02	0,00	0,00	5,21	5,00	0,00	
		Reszelt Karotta	67,25	16,09	0,48	0,08	0,01	3,24	0,00	0,13	
		Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00	
		Búzakenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,25	0,50	
		T Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01	
		Szilva	125,83	30,10	0,35	0,09	0,00	6,55	0,00	0,01	
Köles golyó		703,08	168,20	0,00	18,60	2,40	0,00	0,00	0,00		
E Tojásleves		553,04	132,30	3,68	9,53	1,34	7,79	0,00	0,16	1,3	
Lecsós virsli		409,18	97,89	2,91	8,73	2,06	1,80	0,00	0,36	(1),(6),(7),(10)	
Bulgur		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20		
U Gyümölcsjoghurt	425,81	101,87	0,04	0,02	0,00	25,17	24,16	0,00	7		





2024. 08. 22. csütörtök	2024. 08. 21. (00487)											
2024. 08. 22. csütörtök	(00480) Gyermekek (1-3 év)	U Kifli	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,07	1	
		Összesen:	3 327,74	796,10	13,23	44,80	9,36	83,20	29,41	1,44		
		R Tejes zabkása szórattal *	773,36	185,02	6,70	4,92	2,35	28,26	11,99	0,15	1,7	
		T Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
		Őszibarack	80,96	19,37	0,40	0,50	0,00	3,00	0,00	0,00		
		Sajtos zabpelyhes pogácsa	1 283,73	307,11	13,64	12,49	5,34	35,66	2,50	0,15	1,3,7	
		E Kertész leves*	437,50	104,67	4,21	2,59	0,32	15,80	0,00	0,35	1,3,9	
		Tejfölös burgonyafőzelék	864,72	206,87	5,27	4,71	1,34	35,05	0,00	0,13	1,7	
		Egybefasírt	454,71	108,78	9,33	6,05	1,50	4,09	0,00	0,28	1,3	
		U Csabai száraz kolbász	384,30	91,94	3,96	8,38	2,92	0,06	0,00	0,44		
	Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)		
	Teljes kiőrlésű kenyér	60,65	14,51	0,50	0,05	0,00	2,85	0,00	0,04	1		
	Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01			
	Összesen:	4 724,03	1 130,15	44,73	46,99	15,69	130,31	14,49	1,66			
	(00487) Gyermekek (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	
		T Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
		Őszibarack	80,96	19,37	0,40	0,50	0,00	3,00	0,00	0,00		
		Sajtos zabpelyhes pogácsa	1 283,73	307,11	13,64	12,49	5,34	35,66	2,50	0,15	1,3,7	
		E Kertész leves	437,50	104,67	4,21	2,59	0,32	15,80	0,00	0,35	1,3,9	
		Tejfölös burgonyafőzelék	1 079,51	258,26	6,39	6,71	1,78	42,09	0,00	0,14	1,7	
Fasírt golyó		998,95	238,98	9,40	20,26	3,12	4,44	0,00	0,28	1,3		
U Csabai száraz kolbász		384,30	91,94	3,96	8,38	2,92	0,06	0,00	0,44			
Vénusz margarin		265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)		
Teljes kiőrlésű kenyér		60,65	14,51	0,50	0,05	0,00	2,85	0,00	0,04	1		
Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01				
Összesen:	5 702,93	1 364,33	48,10	64,77	18,49	145,08	16,49	1,72				





2024. 08. 23.
péntek

(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Citromos tea	18,69	4,47	0,01	0,01	0,00	1,05	1,00	0,00		
		Méz	410,26	98,15	0,12	0,00	0,00	24,30	24,30	0,01		
		Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	
		Zsúrkenyér	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01	1	
	T	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
		Sárgadinnye	84,57	20,23	0,15	0,05	0,00	4,75	0,00	0,01		
		Puffasztott lencse	20,32	4,86	0,17	0,19	0,00	0,61	0,00	0,01	1,3,7,(8),(11)	
	E	Gulyásleves *	659,03	157,66	4,15	4,30	0,51	25,06	0,00	0,37	1,3,9	
		Túrós tészta*	1 280,36	306,31	13,56	10,63	4,70	38,74	0,00	0,20	1,7	
	U	Kockasajt	7,55	1,81	0,10	0,15	0,09	0,01	0,00	0,02	7,(1)	
		Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	
		Zsemle	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,10	1	
		Zöldpaprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
		Összesen:	3 749,55	897,02	24,72	30,13	9,27	130,11	25,30	1,94		
	(00487) Gyermekek (4-6 év)	R	Citromos tea	18,69	4,47	0,01	0,01	0,00	1,05	1,00	0,00	
			Méz	410,26	98,15	0,12	0,00	0,00	24,30	24,30	0,01	
Vénusz margarin			265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	
Zsúrkenyér			548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01	1	
T		Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
		Sárgadinnye	84,57	20,23	0,15	0,05	0,00	4,75	0,00	0,01		
		Puffasztott lencse	20,32	4,86	0,17	0,19	0,00	0,61	0,00	0,01	1,3,7,(8),(11)	
E		Gyöngybab leves	1 068,69	255,67	13,79	4,46	0,57	41,08	0,00	0,31	1,3,9	
		Túrós tészta	1 280,36	306,31	13,56	10,63	4,70	38,74	0,00	0,20	1,7	
U		Kockasajt	7,55	1,81	0,10	0,15	0,09	0,01	0,00	0,02	7,(1)	
		Vénusz margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	
		Zsemle	75,37	18,03	0,62	0,05	0,02	3,76	0,00	0,10	1	
		Zöldpaprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
		Összesen:	4 159,21	995,03	34,36	30,29	9,33	146,13	25,30	1,88		





AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

