



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
4/29/2024 hétfő (00483) Gyermekek (11-14 év)	T	Fonott kalács	842.58	201.57	5.90	5.26	2.17	32.43	3.50	0.52		
		Kakaó UHT	538.44	128.81	7.00	1.00	0.54	22.80	12.20	0.23		
	E	Tárkonyos csirkeraguleves	788.27	188.58	17.58	7.63	3.06	12.02	0.01	0.32		
		Darásmetélt baracklekvárral	2 195.74	525.30	15.82	7.76	1.22	97.35	8.15	0.51		
	U	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Csemege paprikás szalámi	413.11	98.83	3.92	9.16	3.22	0.06	0.00	0.80		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Jégsaláta	33.90	8.11	0.60	0.03	0.00	0.89	0.00	0.02		
		Összesen:	5 545.12	1 326.58	55.86	34.30	10.92	196.00	23.86	3.03		





4/30/2024 kedd (00483) Gyermek (11-14 év)	T	Sertéspárizsi	267.37	63.96	3.57	5.46	2.06	0.06	0.00	0.02		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35		
		Zöldpaprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00		
	E	Csurgatott tojás leves	742.21	177.56	4.34	10.74	1.47	15.66	0.00	0.04		
		Zöldborsós sertésragu	1 300.78	311.19	22.96	17.52	5.52	15.04	0.04	0.40		
		Párolt rizs	1 403.78	335.83	6.40	6.74	0.78	62.00	0.00	0.21		
		Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
	U	Jégcsap retek	17.70	4.23	0.33	0.03	0.01	0.79	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Vajkrém, magyaros	238.14	56.97	0.38	6.00	2.90	0.30	0.00	0.00		
	Összesen:		5 394.87	1 290.63	48.76	50.32	13.59	158.78	0.04	1.65		





5/2/2024 csüörtök (00483) Gyermek (11-14 év)	T	Sonkakrém	105.60	25.26	1.17	2.03	1.28	0.52	0.00	0.06		
		Kígyóuborka	14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01		
		Teljes kiórlésú kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	E	Nyírségi gombóclevés	920.00	220.09	23.10	4.16	2.51	21.83	1.55	0.52		
		Túrógombóc	2 199.71	526.25	19.15	7.79	0.66	92.13	0.00	0.49		
		Édes tejföl	628.41	150.34	2.01	12.93	6.52	6.31	4.00	0.05		
	U	Kifli	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00		
		Kockasajt	503.66	120.50	6.68	10.00	5.94	0.80	0.00	0.40		
		Összesen:	5 369.26	1 284.52	61.18	37.86	16.95	170.62	5.55	2.02		





5/3/2024 péntek (00483) Gyermek (11-14 év)	T	Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04		
		Póréhagyma	46.24	11.06	0.66	0.09	0.00	1.89	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	E	Sütőtök krémleves	1 377.98	329.66	9.84	6.63	1.57	57.13	8.49	0.20		
		Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21		
		Rakott zöldbab	2 138.13	511.51	26.31	19.10	6.71	57.53	0.00	0.62		
	U	Baconös péklángos	458.31	109.65	3.52	7.94	3.03	5.90	0.00	0.42		
	Összesen:		5 168.62	1 236.51	49.34	45.52	13.26	155.28	8.49	1.98		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

