



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/6/2024 hétfő	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		E	Sertésraguleves	415.07	99.30	9.82	4.32	1.27	5.06	0.00	0.26		
			Túrós tészta	1 558.45	372.83	18.30	12.20	5.68	46.95	0.00	0.45		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		U	Kifli	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00		
			Kockasajt	251.83	60.25	3.34	5.00	2.97	0.40	0.00	0.20		
		Összesen:	3 729.99	892.35	42.30	27.51	11.46	117.11	6.99	1.71			
5/7/2024 kedd	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Tojáskrém	365.64	87.47	5.90	6.63	2.44	0.91	0.00	0.17		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		E	Húsgombóclevés	670.52	160.41	7.56	5.34	3.28	19.76	1.12	0.39		





5/7/2024 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	E	Finomfőzelék	520.67	124.56	4.98	2.17	0.67	20.87	1.00	0.46		
		Sült virsli	537.31	128.54	6.25	11.39	3.99	0.10	0.00	0.25		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	U	Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04		
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		Összesen:	4 010.68	959.49	42.37	30.80	11.59	125.95	9.11	2.36		
5/8/2024 szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Sárgabarackdzsem	164.64	39.39	0.06	0.00	0.00	9.68	8.15	0.01		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
	E	Karalábéleves	138.31	33.09	1.06	1.26	0.15	4.31	0.01	0.09		
		Galuska köret	1 053.59	252.05	10.69	4.30	1.05	42.36	0.00	0.07		
		Bakonyi sertéstokány	904.45	216.37	15.30	14.60	5.15	5.66	0.00	0.60		
	U	Vajkrém - natúr	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.00		
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	4 137.50	989.82	44.26	34.79	13.46	123.73	8.16	1.56		










5/9/2024 csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcssteak	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.13		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Kígyóborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		E	Brokkolikrémleves	231.81	55.46	3.07	2.25	1.28	5.67	0.00	0.34		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
			Rántott hal magvas bundában	1 023.74	244.91	15.23	11.33	1.90	19.54	0.00	0.49		
			Zöldséges bulgur	768.17	183.77	6.66	3.49	0.42	33.29	0.00	0.55		
		U	Diós kalács	735.51	175.96	5.01	4.34	2.08	29.01	5.00	0.02		
			Gyümölcsle	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01		
			Összesen:	4 435.77	1 061.18	44.06	36.74	12.21	138.04	11.99	2.28		
5/10/2024 péntek	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcssteak	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
			Körözött túró házi	201.04	48.09	4.99	2.48	1.38	1.39	0.00	0.02		
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		E	Meggyleves	600.69	143.71	1.67	2.73	1.58	27.40	16.79	0.32		





5/10/2024 péntek (00481) Gyermekek (4-6	E	Csirkemellfilé Dubarry módra	883.93	211.46	19.50	10.90	3.50	8.58	0.00	0.25	 	
		Párolt rizs	973.90	232.99	4.80	2.96	0.35	46.50	0.00	0.03		
	U	Sajtos csoda	1 266.86	303.08	6.89	19.08	9.30	25.59	0.00	0.58	  	
		Összesen:	4 575.73	1 094.67	42.75	38.83	16.15	141.48	23.78	1.70		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

