



Tételes étlap 2024.07.22. - 2024.07.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
7/22/2024 hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
	Kifli	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00			
	Krémtúró vaníliás	955.26	228.53	13.10	10.68	5.72	19.32	9.99	0.04			
	E Májgombóclevés	474.79	113.59	5.40	3.61	2.19	14.35	0.75	0.75			
	Eszterházy sertéstokány	665.37	159.18	13.97	8.56	2.79	6.29	0.00	0.42			
	Tészta köret	1 068.35	255.59	9.00	4.82	0.69	43.74	0.00	0.37			
	U Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06			
	Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07			
	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
	Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
	Összesen:		4 566.93	1 092.57	53.63	33.87	13.22	140.93	17.73	2.21		





7/23/2024 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Barackos kevert	879.12	210.32	5.30	5.24	1.07	35.21	15.35	0.23		
		Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
	E	Tavaszi zöldségleves	146.21	34.98	1.84	0.28	0.04	6.21	0.03	0.08		
		Sárgaborsó főzelék	901.08	215.57	10.28	7.29	2.30	26.96	0.00	0.26		
		Aprópecsenye	348.91	83.47	8.50	5.11	1.37	0.77	0.00	0.28		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	U	Libamájás	386.60	92.49	2.28	8.77	2.87	0.93	0.00	0.27		
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		Összesen:	4 220.91	1 009.79	44.85	33.32	10.89	131.40	15.38	1.91		





7/24/2024 szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Sajtkrém	168.60	40.34	1.57	3.06	1.64	1.63	0.00	0.01	
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06	
		Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00	
	E	Daragaluska leves	438.86	104.99	3.45	3.66	0.55	14.36	0.00	0.09	
		Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27	
		Párolt káposzta 1/2 adag	328.54	78.60	1.51	3.91	0.45	9.01	3.50	0.23	
		Hagymás tört burgonya	914.01	218.66	4.74	5.02	0.57	37.66	0.00	0.03	
	U	Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05	
		Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01	
		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	
	Összesen:		3 825.24	915.15	43.28	26.79	6.55	122.65	10.49	1.38	





7/25/2024 csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	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	
		Jégcsap retek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01	
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06	
	E	Babgulyás	779.22	186.42	15.39	5.70	1.64	18.14	0.00	0.23	
		Szilvalekváros gombóc	1 348.74	322.67	7.45	3.45	0.34	63.17	9.99	0.44	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
	U	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	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
	Összesen:		4 751.00	1 136.62	47.75	26.78	9.75	172.40	16.98	2.28	





7/26/2024 péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Színes kalács	842.58	201.57	5.90	5.26	2.17	32.43	3.50	0.52		
	E	Szárnyasaprólék leves	501.38	119.95	14.49	3.53	0.61	7.41	0.03	1.02		
		Paprikás krumpli	958.62	229.34	4.89	6.03	0.68	37.90	0.00	0.15		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
	U	Briós	1 111.75	265.97	7.00	6.25	2.57	45.12	10.75	0.62		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	4 640.72	1 110.23	45.00	27.49	9.22	168.41	14.28	3.11		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

