



Tételes étlap 2024.09.02. - 2024.09.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/2/2024 hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
	Mogyorókrém	447.72	107.11	1.30	6.20	1.15	11.40	9.60	0.27		
	Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
	E Palócleves	982.50	235.05	11.77	14.01	2.80	15.20	0.05	0.11		
	Mákos tészta	1 226.01	293.30	9.55	7.38	1.52	46.83	7.99	0.51		
	Nektarin	115.54	27.64	0.47	0.23	0.03	5.89	0.00	0.00		
	U Csemege szalámi	325.40	77.85	3.77	6.92	2.65	0.05	0.00	0.64		
	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		
	Zsemle, teljes kiőrlésű	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56		
	Összesen:	4 781.30	1 143.85	44.23	43.98	12.09	141.54	17.64	2.52		





9/3/2024 kedd (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Zala felvágott	204.88	49.01	3.12	3.98	1.46	0.12	0.00	0.06		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		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	Zöldborsófőzelék	881.22	210.82	9.52	8.13	1.68	24.38	3.00	0.03		
		Pípiropogós	277.45	66.38	12.90	1.50	0.38	0.24	0.00	0.02		
		Teljes kiőrlésű kenyér	197.87	47.34	1.85	0.24	0.01	9.38	0.00	0.19		
		Tárkonyos csirkeraguleves	465.51	111.37	11.26	3.93	1.91	7.53	0.01	0.20		
	U	Sajtos baguette	1 464.00	350.24	11.00	5.10	2.80	63.00	2.10	1.80		
	Összesen:	4 233.24	1 012.75	54.56	26.01	8.95	136.68	12.10	2.93			





9/4/2024 szerda (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcs tea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Virslis	484.68	115.95	6.25	10.00	3.83	0.10	0.00	0.25		
		Ketchup	90.72	21.70	0.42	0.08	0.00	4.80	2.80	0.43		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
	E	Reszelttészta leves	296.98	71.05	1.12	4.87	0.57	5.62	0.01	0.08		
		Rakott karfiol	1 178.19	281.86	14.44	12.24	3.99	28.12	0.00	0.35		
	U	Búrkifli, diós	1 000.78	239.42	3.96	14.71	5.04	22.53	7.38	0.46		
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Összesen:	3 825.38	915.16	31.46	42.55	13.58	100.10	17.18	1.65		





9/5/2024 csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)												
T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
	Tojáskrém	412.54	98.69	5.92	7.86	2.77	0.94	0.00	0.16			
	Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00			
	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
E	Fokhagymakrémleves	211.71	50.65	1.65	2.00	1.19	6.46	0.00	0.04			
	Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27			
	Tört burgonya	798.42	191.01	3.75	5.87	0.67	30.00	0.00	0.02			
	Vitaminsaláta	175.73	42.04	1.20	0.28	0.04	8.53	3.00	0.05			
	Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21			
U	Müzliszelet, gyümölcsös	294.84	70.54	1.80	1.40	0.38	12.60	2.40	0.02			
	Gyümölcslé	244.41	58.47	0.07	0.00	0.00	14.00	0.00	0.01			
Összesen:		3 829.13	916.07	37.96	33.13	8.44	114.08	12.39	1.28			





9/6/2024 péntek (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Körözött túró házi	210.42	50.34	5.00	2.72	1.45	1.40	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	Daragaluska leves	438.86	104.99	3.45	3.66	0.55	14.36	0.00	0.09		
		Mexikói sertésragu	784.11	187.59	12.48	11.80	2.31	7.58	0.00	0.72		
		Párolt rizs	938.81	224.60	4.80	2.04	0.24	46.50	0.00	0.03		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
	U	Briós	1 111.75	265.97	7.00	6.25	2.57	45.12	10.75	0.62		
		Összesen:	4 249.59	1 016.66	37.95	27.47	7.16	152.58	17.74	1.99		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

