



Tételes étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
10/21/2024 hétfő (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
		Vajkrém - natúr	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.00	0.49		
		Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00		
	E	Sertésraguleves	485.24	116.08	9.82	6.18	1.48	5.06	0.00	0.00	0.26		
		Burgonyás tészta	1 676.77	401.14	11.87	7.71	0.99	70.01	0.00	0.00	0.35	 	
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.00	0.25		
	U	Kifli	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00	0.00	    	
		Kakaó UHT	538.44	128.81	7.00	1.00	0.54	22.80	12.20	0.23	0.00	 	
			Összesen:	4 198.52	1 004.42	38.53	23.93	6.92	156.67	19.19	1.59		





10/22/2024 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		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		
		Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05		
		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		
		Tökfőzelék	512.11	122.51	2.47	7.12	1.78	11.93	0.02	0.04		
		Halvagdalt	577.93	138.26	13.06	5.82	1.39	7.72	0.01	0.35		
		Teljes kiőrlésű kenyér	197.87	47.34	1.85	0.24	0.01	9.38	0.00	0.19		
	U	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Meggyes kevert	848.11	202.90	5.32	5.28	1.07	33.12	12.87	0.23		
	Összesen:		3 919.64	937.72	42.96	31.01	8.60	119.23	19.89	1.82		





10/24/2024 csütörtök (00481) Gyermekek (4-6 év)												
		T										
	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23			
	Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	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			
	Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07			
	<b>E</b> Bakonyi betyárleves	768.32	183.81	11.78	11.45	4.93	8.12	0.00	0.50			
	Szilvalekváros gombóc	1 348.74	322.67	7.45	3.45	0.34	63.17	9.99	0.44			
	Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00			
	<b>U</b> Párizsi	121.00	28.95	1.43	2.19	0.83	0.85	0.00	0.15			
	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:	4 549.97	1 088.51	46.18	34.91	15.36	144.16	9.99	2.15			





10/25/2024 péntek (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06	
		Póréhagyma	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00	
		Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04	  
	E	Brokkolikrémleves	277.32	66.35	3.32	3.37	1.95	5.60	0.00	0.34	
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 
		Édes-savanyú csirke	630.34	150.80	15.81	1.75	0.30	17.74	4.59	0.33	     
		Párolt rizs	938.81	224.60	4.80	2.04	0.24	46.50	0.00	0.03	
	U	Puffasztott rizs	320.20	76.60	1.40	0.18	0.07	17.56	0.00	0.00	
		Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23	
	Összesen:		3 811.53	911.86	41.15	20.74	7.19	139.11	11.58	1.14	

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

