



Tételes étlap 2024.11.25. - 2024.12.01.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/25/2024 hétfő (00481) Gyermekek (4-6 év)	T Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
	Csemege paprikás szalámi	309.83	74.12	2.94	6.87	2.42	0.05	0.00	0.60			
	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			
	Jégسالáta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
	E Nyírségi gombóclevés	569.55	136.25	14.98	3.04	1.79	11.80	0.86	0.63	 		
	Darásmetélt	1 352.85	323.65	10.41	6.83	0.98	54.75	0.00	0.37	 		
	Sárgabarackdzsem	219.53	52.52	0.08	0.00	0.00	12.90	10.86	0.01			
	U Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.03	10.60	0.00	0.22			
	Fonott kalács	842.58	201.57	5.90	5.26	2.17	32.43	3.50	0.52	 		
	Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07			
	Összesen:		4 593.37	1 098.88	46.18	31.92	11.43	154.56	22.21	3.06		





11/26/2024 kedd (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01		
		Csirkemell sonka	92.23	22.07	4.94	0.20	0.05	0.10	0.00	0.05		
		Margarin	46.50	11.12	0.00	1.23	0.33	0.01	0.00	0.07		
		Kígyóuborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
	E	Csontleves	301.67	72.17	3.35	1.85	0.27	10.58	0.00	0.22		
		Paradicsomos káposzta	660.87	158.10	4.86	2.51	0.31	28.52	6.99	0.34		
		Sertéssült	567.64	135.80	16.80	7.41	2.42	0.32	0.00	0.27		
		Teljes kiőrlésű kenyér	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.29		
	U	Teljeskiőrlésű kakaós csiga	1 271.00	304.07	5.32	15.40	7.70	35.70	4.48	0.34		
		Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
	Összesen:	4 437.32	1 061.57	50.08	35.00	14.29	134.97	18.46	1.89			





11/27/2024	szerda (00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Karamell	839.66	200.88	6.80	5.60	3.04	30.58	19.98	0.23			
			Sertéspárizsi	178.25	42.64	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.01			
			Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
			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			
		E	Csurgatott tojás leves	322.28	77.10	2.86	4.36	0.73	6.52	0.00	0.05			
			Zöldborsós sertésragu	703.63	168.33	14.32	7.72	2.46	10.19	0.02	0.15			
			Párolt rizs	938.81	224.60	4.80	2.04	0.24	46.50	0.00	0.03			
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01			
		U	Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01			
			Vajkrém, magyaros	238.14	56.97	0.38	6.00	2.90	0.30	0.00	0.00			
			Császárszemle	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00			
		Összesen:			4 448.80	1 064.31	41.35	31.99	11.12	150.85	20.00	1.05		





11/28/2024 csütörtök (00481) Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcsstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01	
		Sonkakrém házi	77.76	18.60	0.78	1.59	0.77	0.26	0.00	0.03	
		Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49	
	E	Csirkeraguleves	504.84	120.77	13.69	5.25	0.66	4.48	0.00	0.16	
		Túrógombóc	1 418.67	339.39	12.84	4.29	0.33	60.46	0.00	0.23	
		Édes tejföl	401.15	95.97	1.26	8.08	4.07	4.44	3.00	0.03	
	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:	3 807.96	910.99	40.91	25.18	8.85	127.34	9.99	1.15	





11/29/2024	péntek	(00481)	Gyermek (4-6 év)	T	Gyümölcstea	138.26	33.08	0.03	0.01	0.00	7.98	6.99	0.01			
					Halkrém	193.21	46.22	2.71	3.52	0.98	0.84	0.00	0.04	  		
					Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
					Zsemle, teljes kiőrlésű	526.81	126.03	5.34	0.77	0.07	24.28	0.00	0.56			
				E	Sütőtök krémleves	683.98	163.63	2.60	5.86	1.89	24.92	6.99	0.03			
					Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 		
					Rakott zöldbab	1 424.14	340.70	19.90	9.96	3.70	42.23	0.00	0.36			
				U	Baconös péklángos	1 035.50	247.73	9.00	10.50	1.05	29.25	0.38	0.98			
					Összesen:	4 248.32	1 016.34	40.66	34.49	8.15	134.38	14.36	2.08			

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

