

Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
4/22/2024 hétfő	(00100) Bölcshódás (1-3 év)	R Tej 2,8% 1l-es	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Teavaj	30,39	7,27	0,00	0,80	0,39	0,01	0,00	0,00	7
		Eper lekvár	213,40	51,05	0,00	0,02	0,00	12,28	0,00	0,00	
		Korpás kifli	555,94	133,00	4,50	1,10	0,06	25,60	0,00	0,00	1
		T Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		E Rakott sárgarépa burg.al.**B.	1 425,89	341,12	15,92	17,25	6,19	32,89	0,00	0,74	1,7
		Almakompót B	155,36	37,17	0,22	0,23	0,01	8,79	5,00	0,00	
		U Tej 2,8% 1l-es	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Tonhal pástétom B.	358,74	85,82	3,06	7,52	1,58	4,74	0,00	0,05	4
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		Rozsos kenyér	321,00	76,79	2,43	0,27	0,03	16,17	0,00	0,04	1
		Összesen:	4 064,57	972,39	37,23	35,93	12,83	128,98	7,00	1,17	
4/23/2024 kedd	(00100) Bölcshódás (1-3 év)	R Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
		Zöldfűszeres margarinkrém B	150,54	36,02	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Magvas rúd	501,60	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		E Húsgombóclevés B	431,46	103,22	5,14	6,31	2,18	6,33	0,05	0,23	1,3
		Sajtos tészta B.toj.m.	998,41	238,85	10,87	8,22	3,57	33,42	0,00	0,49	1,7
		U Tej 2,8% 1l-es	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Csirkemell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,03	(1),(6),(7)
		Kígyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Korpás kenyér	456,80	109,28	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,00	
		Összesen:	3 893,35	931,43	38,13	31,37	13,21	96,83	2,05	1,22	
4/24/2024 szerda	(00100) Bölcshódás (1-3 év)	R Tej 2,8% 1l-es	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Kópé felv.	204,88	49,01	3,12	3,98	1,46	0,12	0,00	0,50	(1),(6),(7)
		Teljes kiőrlésű szel. kenyér	413,29	98,87	4,32	1,71	0,39	16,43	0,00	0,05	1
		Jégcsapretek	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T Narancslé 100%	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00	
		E Parajfőzelék mirelit B	686,00	164,12	6,46	5,12	1,21	19,22	0,00	0,13	1,7
		Stefánia vagdalt B	830,21	198,62	11,40	15,52	4,83	2,81	0,00	0,06	1,3
		U Kakaó B.	463,53	110,89	5,29	4,42	2,41	13,05	5,00	0,17	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Briós 50 gr.	505,34	120,89	3,18	2,84	1,17	20,51	4,89	0,28	1,3,7
		Liga margarin 20% zsírt.	150,48	36,00	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	3 879,22	928,05	39,56	41,97	14,95	92,99	11,89	1,36	
		4/25/2024 csütörtök	(00100) Bölcshódás (1-3 év)	R Tej 2,8% 1l-es	252,00	60,29	3,40	2,80	1,52	5,30	0,00
Gyümölcsstea **B.	16,78			4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
Főtt virsli**B.	360,00			86,12	9,00	10,00	3,83	0,10	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)
Kígyóborka	9,83			2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
Kenyer félbarna	413,20			98,85	3,92	0,40	0,12	19,16	0,00	0,01	1
T Banán	219,45			52,50	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03	
E Halfelfújt B	681,72			163,09	11,02	7,88	1,32	12,38	0,00	0,18	1,3,4,7
Burg.krokett mir.** B	720,45			172,36	1,98	7,50	1,11	19,46	0,00	0,05	
Vitamin saláta téli B	113,60			27,18	1,14	0,14	0,02	5,08	0,00	0,12	
U Tej 2,8% 1l-es	378,00			90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	7
Gyümölcsstea **B.	16,78			4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
Sajtkrém, natur	168,60			40,34	1,57	3,06	1,64	1,63	0,00	0,12	7,(1)
Korpás kifli	555,94			133,00	4,50	1,10	0,06	25,60	0,00	0,00	1
Paradicsom	18,31			4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
Összesen:	3 924,66	938,93	42,68	37,19	11,91	111,90	2,00	0,80			
4/26/2024 péntek	(00100) Bölcshódás (1-3 év)	R Tej 2,8% 1l-es	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Padlizsán krém B.	238,22	56,99	0,79	4,85	0,32	5,82	0,00	0,00	
		Korpás kenyér	456,80	109,28	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,00	
		Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		T Sült alma dióval B	197,12	47,15	0,62	0,66	0,00	10,51	0,00	0,00	8
		E Cékla-főzelék tejsz. B.	966,58	231,24	5,20	7,74	0,66	38,98	5,50	0,28	1
		Sült csirkemáj B.	491,17	117,51	12,00	6,86	1,40	1,80	0,00	0,00	
		U Tej 2,8% 1l-es	252,00	60,29	3,40	2,80	1,52	5,30	0,00	0,11	7
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Párizsi /sertés /felvágott	183,08	43,80	3,02	2,23	0,84	0,46	0,00	0,06	1,6,7
		Vizes zsemle 40 gr	466,49	111,60	3,76	0,28	0,14	22,80	0,00	0,85	1
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Összesen:	3 691,58	883,16	38,41	30,10	7,16	118,26	7,50	1,50	

Pintér Józsefné
IntézményvezetőLaza Györgyné
ÉlelmiszervezetőKotymánné Zs. Zsófia
Dietetikus