






















Tételes étlap 2024.04.01. - 2024.04.07.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 04. 02. kedd (00480) Gyermekek	R	Tejeskávé	382,62	91,54	5,13	4,20	2,28	8,20	0,00	0,17			
		Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,00	0,05		
		Stangli	268,48	64,23	2,84	1,30	0,75	10,23	0,00	0,00	0,00		
	T	Happy day 100% gyümölcslé	317,73	76,01	0,09	0,00	0,00	18,20	0,00	0,01			
	E	Tonhal vagdalt	777,35	185,97	11,24	10,89	2,43	10,30	0,00	0,37	0,37		
		Sárgarépa főzelék	852,28	203,90	4,94	9,03	2,90	25,17	5,00	1,14	1,14		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	0,06		
	U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	0,23		
		Tökmagos sajtkrém	154,74	37,02	0,81	3,60	1,92	0,30	0,00	0,29	0,29		
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80	0,80		
Paradicsom		18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	0,00			
		Összesen:	4 279,51	1 023,81	37,28	38,66	14,40	128,94	5,00	3,12			
2024. 04. 03. szerda (00480) Gyermekek	R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00			
		Házi zöldséges csirkehúskrém	210,33	50,32	3,34	3,64	0,52	0,96	0,00	0,26	0,26		
		Burgonyás kenyér	433,60	103,73	4,00	1,00	0,24	19,56	0,00	0,79	0,79		
		Kápia paprika	25,16	6,02	0,24	0,04	0,00	1,08	0,00	0,00	0,00		





2024. 04. 03. szerda (00480) Gyermekek		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
2024. 04. 03. szerda (00480) Gyermekek	E	Tejszínes almás csirkeragu	859,15	205,54	15,34	10,68	3,31	11,27	0,00	0,76	  		
		Bulgur	572,40	136,94	4,92	0,53	0,09	30,35	0,00	0,02			
		Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23			
		Tzatzikikrém	251,11	60,08	1,83	5,46	2,21	0,84	0,00	0,33			
		Teljes kiőrlésű kenyér	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33			
		Póréhagyma	15,41	3,69	0,22	0,03	0,00	0,63	0,00	0,00			
		Összesen:	3 630,36	868,51	40,56	27,92	9,44	113,59	2,00	2,74			
2024. 04. 04. csütörtök (00480) Gyermekek	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23			
		Natúr vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00			
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80			
		Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	T	Kivi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01			
	E	Csirkebecsinált leves	622,11	148,83	10,71	5,91	0,94	12,91	0,00	0,80	   		
		Túrós guba	1 363,78	326,27	17,24	11,02	5,48	38,97	9,99	0,93	    		
		Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01			
U	Gyümölcs tea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00				





2024. 04. 04. csütörtök											
(00480) Gyermek											
U	Pikáns pulykamellsonkakrém	146,87	35,14	2,01	2,06	0,33	2,23	0,00	0,33		
	Kukoricás kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80		
	Hónapos retek	6,09	1,46	0,12	0,01	0,00	0,22	0,00	0,02		
	Összesen:	4 198,92	1 004,52	46,63	34,22	13,90	124,43	11,99	3,94		
2024. 04. 05. péntek											
(00480) Gyermek											
R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
	Tojáskrém	250,82	60,00	1,85	4,95	1,74	2,09	0,00	0,18		
	Teljes kiőrlésű kenyér	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
E	Csőben sült kelbimbó pulykahússal	1 127,64	269,77	18,35	16,66	6,94	11,28	0,00	1,27		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23		
	Teljes kiőrlésű gabonagolyó	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Összesen:		2 659,97	636,34	31,07	28,19	11,76	63,07	2,00	2,03		

.....
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

