



Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 06. hétfő	(00480) Gyermek	R Karamellás tej	478,70	114,52	5,10	4,20	2,28	13,94	5,99	0,17		
		Vaj	303,91	72,71	0,04	8,00	3,87	0,05	0,00	0,00		
		Molnárka	516,84	123,65	3,69	3,30	1,36	19,66	1,58	0,41		
		T Happy day 100% gyümölcslé	317,73	76,01	0,09	0,00	0,00	18,20	0,00	0,01		
		E Sonkás sajtalfújt	689,74	165,01	10,43	10,81	4,65	6,31	0,00	1,08		
		Kukoricafőzelék	1 308,75	313,10	9,80	11,69	2,40	41,79	2,00	0,70		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		U Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
		Sült paprikás sajtkrém	172,29	41,22	0,67	3,87	2,29	0,86	0,00	0,32		
		Teljes kiőrlésű vekni	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33		
Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
		Összesen:	4 601,14	1 100,76	34,19	42,43	16,88	143,15	11,57	3,09		
2024. 05. 07. kedd	(00480) Gyermek	R Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
		Főtt tojás	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
		Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80		





2024. 05. 07. kedd	(00480) Gyermekek	R	Hónapos retek	6,09	1,46	0,12	0,01	0,00	0,22	0,00	0,02	
		T	Erdei gyümölcsös limonádé	147,33	35,25	0,46	0,17	0,00	7,12	5,00	0,00	
		E	Budapest csirkeragu	660,24	157,95	12,62	7,92	1,25	8,75	0,00	0,75	
			Párolt rizs	859,77	205,69	3,20	7,55	0,87	31,00	0,00	0,50	
			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	
			Krémsajtos tzatzikikrém	258,44	61,83	1,68	5,81	2,83	0,63	0,00	0,23	
			Kukoricás kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80	
			Kápia paprika	25,16	6,02	0,24	0,04	0,00	1,08	0,00	0,00	
			Összesen:	3 854,89	922,22	36,08	34,10	9,80	115,50	7,00	3,46	
2024. 05. 08. szerda	(00480) Gyermekek	R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	
			Eidami sajt	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40	
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05	
			Teljes kiőrlésű kifli	210,72	50,41	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22	
			Póréhagyma	15,41	3,69	0,22	0,03	0,00	0,63	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	Csorbaleves pulykacombbal	550,26	131,64	11,69	3,77	1,49	12,44	0,00	1,12	
Piskóta csokiöntettel	993,00		237,56	7,95	5,28	2,08	39,27	22,11	0,20			





2024. 05. 08. szerda											
(00480) Gyermekek											
E	Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01		
U	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
	Tonhalkrém	224,87	53,80	2,63	4,18	0,95	1,32	0,00	0,77		
	Burgonyás kenyér	433,60	103,73	4,00	1,00	0,24	19,56	0,00	0,79		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	Összesen:	3 804,84	910,24	41,18	29,23	12,17	118,51	24,11	3,80		
2024. 05. 09. csütörtök											
(00480) Gyermekek											
R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00		
	Főtt baromfi virsli	352,46	84,32	5,89	6,22	1,62	1,09	0,00	0,73		
	Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80		
	Ketchup	45,36	10,85	0,21	0,04	0,01	2,40	1,40	0,22		
T	Gyömbéres citrusos limonádé	266,53	63,76	0,70	0,34	0,04	13,44	5,00	0,01		
E	Rakott kelkáposzta csirkehússal, kölessel	1 308,71	313,09	16,14	17,34	5,02	22,65	0,00	0,68		
	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23		
	Zöldfűszeres vajkrém	191,99	45,93	0,33	4,80	2,32	0,29	0,00	0,00		
	Szezámragos zsemle	357,70	85,58	3,00	3,35	0,44	10,76	0,00	0,22		
	Kaliforniai paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
	Összesen:	3 960,34	947,44	38,50	38,25	12,62	109,68	8,40	2,95		





2024. 05. 10.

péntek

(00480)

Gyermekek

R	Gyümölcstea	36,59	8,75	0,01	0,00	0,00	2,12	2,00	0,00			
	Snidlinges túrókrém	197,08	47,15	3,00	3,25	1,81	1,42	0,00	0,23	 		
	Teljes kiőrlésű vekni	327,99	78,47	2,86	0,44	0,03	15,68	0,00	0,33			
	Kígyóúborborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
	T	Kivis limonádé	247,40	59,19	0,45	0,30	0,00	12,55	5,00	0,01		
		E	Olaszos pulykavagdalt	576,52	137,92	11,48	6,31	2,05	8,77	0,00	0,89	   
			Burgonyapüré	951,54	227,64	5,65	9,22	3,00	29,75	0,00	0,19	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		U	Kakaó	491,77	117,65	5,29	4,42	2,41	14,05	5,99	0,17	 
			Delma multivitamin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05	
			Kuglóf	294,20	70,38	2,00	1,73	0,83	11,61	2,00	0,01	  
		Összesen:		3 411,13	816,06	31,35	29,59	11,08	103,31	14,99	1,90	

.....
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

