Tételes étlap 2022.11.07. - 2022.11.13.

	Diéta			Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/7/2022	hétfő (00153)	Tej mentes Óvoda	T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		6,95
				Baromfi májas csirkemájjal 30	344,85	82,50	5,16	3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	1,(6),(7),(10)	0,00
				Jégcsapretek	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		0,00
				Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		0,00
			E	Almaleves mir.**T.M.	487,68	116,67	1,47	0,12	0,05	26,98	7,99	0,08	1	24,73
				Vadast **A.M.	683,88	163,61	20,78	5,37	0,74	8,17	1,60	0,56	1	133,24
				Tésztak. toj.m	1 011,72	242,04	8,00	2,45	0,17	46,72	0,00	0,08	1	35,91
			U	Zöldfűsz. margkrém A. M.	256,55	61,38	0,50	6,06	1,80	1,26	0,00	0,01		34,20
				Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01		0,00
				Összesen:	4 009,95	959,33	44,33	18,48	3,93	145,90	19,58	1,05		235,03
11/8/2022	kedd (00153)	Tej mentes Óvoda	T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		6,95
				Málna lekvár	221,00	52,87	0,10	0,00	0,00	13,66	0,00	0,00		0,00
				Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		0,00
			E	Sárgaborsó gulyás T.M.	1 073,48	256,81	17,68	8,96	1,90	26,26	0,00	0,28	1	56,92
				Káposztás kocka toj.m.	1 354,22	323,98	11,31	3,60	0,29	60,82	0,00	0,21	1	44,75
				Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		27,60
			U	Felvágott / érzékenyeknek/	343,00	82,06	9,22	4,87	1,52	0,24	0,00	0,45		0,00
				Zöldhagyma 27%	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,01		0,00
				Teljes kiőrlésű szel. kenyér	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,07	1	0,00
				Összesen:	4 544,18	1 087,13	48,76	20,40	4,24	174,65	9,99	1,05		136,22
11/9/2022	szerda (00153)	Tej mentes Óvoda	T	Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00		0,00
				Kukoricapehely /CORN FLAKES/	618,40	147,94	3,08	0,24	0,00	33,20	0,00	0,00	1	0,00
			E	Gombaleves TM.	456,42	109,19	3,58	4,26	0,46	14,35	0,00	0,67	1	0,00
				Sertés pörkölt	1 253,80	299,95	14,32	25,86	7,58	2,14	0,00	0,30		0,00
				Kelkáposzta főzelék	895,45	214,22	7,20	8,04	0,92	28,43	0,00	0,52	1,9	27,21
			U	Húspástétom T.M.	508,73	121,71	9,37	8,89	2,72	0,98	0,00	0,45		0,00
				Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		0,00
				Összesen:	4 461,55	1 067,35	41,79	48,92	11,86	112,94	5,99	1,96		27,21
11/10/2022	péntek (00153)	Tej mentes Óvoda	T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		6,95
				Harcsapástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02		0,00
				Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00		0,00
				Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		0,00
			E	Favágó lev. T.M.	873,04	208,86	10,92	11,90	4,10	14,23	0,00	0,30	1	0,00
				Grízes tészta Tej-Toj-TartM	1 446,03	345,94	10,25	4,91	0,54	64,33	0,00	0,16	1	0,00
			U	Tepertőkrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01		0,00
				Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		0,00
				Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01		0,00
				Összesen:	4 469,34	1 069,22	31,64	27,28	4,64	150,82	9,99	0,55		6,95
11/11/2022	péntek (00153)	Tej mentes Óvoda	T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		6,95
				Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27		0,00
				Kaliforniai paprika	25,08	6,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		0,00
				Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01		0,00
			E	Zöldborsóleves Toj.m.	397,64	95,13	4,94	1,19	0,10	15,82	0,40	0,42		23,05
				Csikós tokány	1 083,25	259,15	18,20	18,17	5,48	4,14	0,02	1,18	1,7,(6),(8),(12)	71,49
				Párolt rizs	1 348,43	322,59	5,76	7,64	5,24	55,80	0,00	0,09		0,00
				Vágott vegyes savanyúság	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)	0,00
			U	Alma-őszibarack püré	225,01	53,83	0,30	0,10	0,00	0,00	10,40	0,00		0,00
				Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		0,00
				Összesen:	4 552,06	1 089,01	44,06	30,76	11,73	139,30	20,81	2,43		101,49