

Tételes étlap 2023.02.06. - 2023.02.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
2/6/2023 (00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
	Harcspástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
	Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
	E Csontleves tésztabet. A.toj.m.	231,72	55,44	2,30	0,90	0,00	9,54	0,00	0,16	1,9
	Vadas**T.M.	1 258,20	301,00	14,82	23,80	7,35	6,72	1,60	1,71	1,10,(12)
	Tésztak. toj.m	657,61	157,32	5,20	1,59	0,10	30,36	0,00	0,05	1
	Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	0,22	(12)
	U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
	Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01	
	Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
	Összesen:	3 955,20	946,21	36,81	29,93	8,36	109,80	11,59	2,49	
2/7/2023 (00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
	Tepertókrém **	191,40	45,79	0,61	4,60	0,00	0,01	0,00	0,01	
	Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
	E Pandúrleves T.M.	655,65	156,85	9,07	11,55	4,11	4,13	0,00	0,24	1
	Bácskai rizseshús T.M.	1 230,12	294,29	10,37	13,42	6,27	31,86	0,00	0,32	
	Almakompót	313,40	74,97	0,34	0,34	0,00	17,94	11,99	0,00	
	U Baromfi májas csirkemájjal 30	344,85	82,50	5,16	3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	1,(6),(7),(10)
Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		
	Összesen:	3 844,07	919,63	33,03	34,32	11,55	111,01	21,98	0,88	
2/8/2023 (00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
	Húspástétom T.M.	254,36	60,85	4,68	4,44	1,36	0,49	0,00	0,22	
	Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
	Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
	E Sertésraguleves T.M.	1 048,24	250,78	12,82	14,23	4,39	17,45	0,00	0,94	1,3,9
	Káposztás kocka toj.m.	880,24	210,58	7,35	2,34	0,18	39,53	0,00	0,13	1
	Narancs	258,30	61,79	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
	U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
Zsemle érz.	700,17	167,51	5,55	0,30	0,00	33,00	0,00	0,03		
	Összesen:	4 008,64	959,00	41,01	24,85	6,84	137,14	9,99	1,61	
2/9/2023 (00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
	Kukoricapehely /CORN	618,40	147,94	3,08	0,24	0,00	33,20	0,00	0,00	1
	E Karalábéleves TejM.	228,73	54,72	1,53	1,73	0,20	8,28	0,00	0,01	1,3
	Reszelt csirke máj	995,37	238,12	24,64	11,94	2,58	7,68	0,00	0,29	
	Tört burgonya	858,34	205,34	5,29	3,03	0,30	38,96	0,00	0,16	(1),(6),(7),(8),(12)
	Ecetes cékla Kg.	132,69	31,74	0,66	0,05	0,00	6,96	4,00	0,62	
U Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01		
	Összesen:	3 952,11	945,46	40,52	18,77	3,26	151,62	26,19	1,09	
2/10/2023 (00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
	Főtt virsli Allergén Mentés	216,00	51,67	5,40	6,00	2,29	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)
	Kávia paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér érz.	466,48	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
	E Kertészleves**T.M.	719,28	172,08	12,48	7,84	1,87	12,68	0,40	1,67	1
	Húsos spagetti tojasm. A.M.	1 488,87	356,18	27,55	5,43	0,60	48,85	0,00	0,30	1
	U Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,68	1,94	0,60	0,09	0,00	0,17	
	Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
Zsemle érz.	700,17	167,50	5,55	0,30	0,00	33,00	0,00	0,03		
	Összesen:	3 915,56	936,72	58,68	21,81	5,36	128,22	10,39	2,20	