

Tételes étlap 2023.02.20. - 2023.02.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
2/20/2023 hétfő	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Baromfi májas csirkemájjal 30	344,85	82,50	5,16	3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	1,(6),(7),(10)
		Karalábé /db/ 27%	16,04	3,84	0,21	0,02	0,00	0,69	0,00	0,01	
		Kenyér érz.	466,48	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
		E Vegyes gyüm.levés TM.	230,06	55,04	0,79	0,10	0,04	12,99	7,99	0,39	1
		Kapros sertés ragu T.M.	1 126,13	269,41	14,18	22,91	7,26	1,49	0,00	0,30	
		Tarhonya köret A.M.	1 099,88	263,12	3,84	3,50	0,49	53,12	0,00	0,32	3
		U Liga margarin 20% zsirt.	150,48	36,00	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
		Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		Összesen:	4 270,45	1 021,64	32,30	35,54	10,16	135,86	17,98	1,33	
2/21/2023 kedd	(00153) Tej 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	360,00	86,12	9,00	10,00	3,83	0,10	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)
		Kaliforniai paprika	25,08	6,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		E Sárgaborsó gulyás puly.h.	1 046,98	250,47	18,02	6,74	1,64	29,21	0,00	0,29	1
		Burgonyás tésztaTej-tojM.	1 339,96	320,56	10,09	3,35	0,25	62,10	0,00	0,16	1
		Narancs	258,30	61,79	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
		U Tepertőkrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
		Sárgarépa	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16	
		Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
		Összesen:	4 605,83	1 101,86	47,66	30,26	5,74	164,23	9,99	0,65	

2/22/2023 szerda	(00153) Tej mentes Óvoda	T	Húspástétom T.M.	254,37	60,86	4,69	4,45	1,36	0,49	0,00	0,23		
			Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		
		E	Rántott leves **A.M.	504,74	120,75	2,56	4,70	0,55	17,22	0,00	0,06	1	
			Sült csirkecomb A.M.	947,97	226,78	25,08	13,66	2,42	0,60	0,00	0,37		
			Parajfőzelék T.M.	731,74	175,06	4,18	6,72	0,79	21,74	5,87	0,05	1	
		U	Felvágott / érzékenyeknek/ Kenyér érz.	343,00 583,11	82,06 139,50	9,22 4,70	4,87 0,35	1,52 0,00	0,24 28,50	0,00 0,00	0,45 0,00		
			Összesen:	4 026,75	963,34	54,55	34,99	6,64	101,77	15,86	1,19		
		2/23/2023 csütörtök	(00153) Tej 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	Zöldségleves			423,17	101,24	2,78	2,61	0,29	16,54	0,00	0,81	1,3,9	
	Hentestokány			1 392,86	333,22	17,52	25,86	8,22	7,81	0,20	0,30	(1),(6),(7),(8),(12)	
	Párolt rizs			387,67	92,74	1,65	2,19	1,50	16,04	0,00	0,02		
U	Harcsapástétom zöldf. 30gr. Zsemle érz.			335,65 466,78	80,30 111,67	0,00 3,70	0,10 0,20	0,00 0,00	0,50 22,00	0,00 0,00	0,02 0,02		
	Összesen:			3 886,50	929,78	29,27	32,63	10,19	107,93	6,19	1,17		
2/24/2023 péntek	(00153) Tej mentes Óvoda			T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00
			Felvágott / érzékenyeknek/ Jégcsapretek	205,80 0,00	49,23 0,00	5,53 0,00	2,92 0,00	0,91 0,00	0,14 0,00	0,00 0,00	0,27 0,00		
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		
		E	Gulyásleves tej-tartósító m. Morzsásmetélt Tart-Tej-toj M	554,10 1 624,47	132,56 388,63	9,40 12,05	5,53 4,18	1,46 0,60	11,05 74,55	0,00 0,00	0,17 0,27	3,9 1	
		U	Sárgabarack lekvár Kenyér érz.	241,66 583,11	57,81 139,50	0,10 4,70	0,00 0,35	0,00 0,00	14,26 28,50	12,46 0,00	0,00 0,01	(12)	
			Összesen:	3 851,30	921,36	35,50	13,18	2,97	160,80	22,45	0,74		