

Tételes étlap 2023.02.20. - 2023.02.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
2/20/2023 hétfő (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	
	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.leves 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% zsírt.	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 (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	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	(00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T	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		
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		
			Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		
		E	Rántott leves **A.M.	504,73	120,75	2,56	4,70	0,55	17,21	0,00	0,06	1	
			Sült csirkecomb A.M.	947,96	226,78	25,08	13,66	2,41	0,60	0,00	0,36		
			Parajfőzelék T.M.	731,73	175,05	4,17	6,72	0,79	21,74	5,87	0,05	1	
		U	Felvágott / érzékenyeknek/ Kenyér érz.	343,00 583,11	82,05 139,50	9,21 4,70	4,86 0,35	1,51 0,00	0,23 28,50	0,00 0,00	0,44 0,00		
			Összesen:	4 026,71	963,31	54,52	34,97	6,62	101,75	15,86	1,16		
		2/23/2023 csütörtök	(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 FLAKES/			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),(1	
	Párolt rizs			387,67	92,74	1,65	2,19	1,50	16,04	0,00	0,02		
U	Harcspástétom 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	(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		
			Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27		
			Jégcsapretek	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		
		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		