

Tételes étlap 2023.03.20. - 2023.03.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
3/20/2023 hétfő	(00153) Tejmentes 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 Rántott leves	583,87	139,69	3,93	8,20	0,77	12,61	0,06	0,23	1,3,(6),(7),(8),(12)
		Rakott káposzta T.M.	1 618,40	387,18	18,11	23,23	8,13	25,56	0,00	1,58	(12)
		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)
		Teljes kiórlésű szel. kenyér	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,07	1
		Összesen:	3 978,54	951,81	36,58	39,31	10,77	107,08	6,05	2,17	
3/21/2023 kedd	(00153) Tejmentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Tepertókrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
		Zsemle érz.	280,07	67,00	2,22	0,12	0,00	13,20	0,00	0,01	
		E Sárgaborsó gulyás T.M. pulyk.h	1 073,48	256,82	17,68	8,96	1,90	26,26	0,00	0,29	1
		Tejberizs Rizstejjel T.M.	953,59	228,13	3,38	1,80	2,31	48,94	16,31	0,01	(1)
		Narancs	172,20	41,20	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		U Felvágott / érzékenyeknek/ Kenyer érz.	274,40 583,11	65,65 139,50	7,38 4,70	3,89 0,35	1,21 0,00	0,19 28,50	0,00 0,00	0,36 0,01	
Összesen:	3 895,03	931,84	37,19	24,52	5,42	135,91	26,30	0,70			
3/22/2023 szerda	(00153) Tejmentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		E Burgonyaleves A.M.	56,34	13,48	0,36	0,25	0,03	2,45	0,00	0,04	1
		Kelkáposzta főzelék	895,46	214,22	7,20	8,04	0,92	28,43	0,00	0,52	1,9
		Sertés pörkölt	1 253,80	299,95	14,32	25,86	7,58	2,14	0,00	0,30	
		U Harcsapástétom zöldf. 30gr. Kenyer érz.	335,65 583,11	80,30 139,50	0,00 4,70	0,10 0,35	0,00 0,00	0,50 28,50	0,00 0,00	0,02 0,01	
Összesen:	4 040,02	966,51	30,38	34,80	8,53	110,52	26,19	0,91			
3/23/2023 csütörtök	(00153) Tejmentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Zöldfűsz. margkrém A. M.	256,55	61,38	0,50	6,06	1,80	1,26	0,00	0,01	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		E Paradicsom leves	748,82	179,14	3,75	2,93	0,29	34,30	16,54	0,19	1,3,9
		Rántott hal tojm.	576,32	137,88	9,14	5,26	0,95	13,55	0,00	0,36	1,4
		Burgonyapüré Tejmentes	831,94	199,03	4,85	2,58	0,55	38,90	2,56	0,18	
		Vágott vegyes savanyúság	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)
U Húspástétom T.M. Kenyer érz. Sárgarépa	254,37 466,49 84,06	60,86 111,60 20,11	4,69 3,76 0,60	4,45 0,28 0,10	1,36 0,00 0,02	0,49 22,80 4,05	0,00 0,00 0,00	0,23 0,00 0,16			
Összesen:	3 902,29	933,58	31,56	21,96	4,97	149,35	29,09	1,59			
3/24/2023 péntek	(00153) Tejmentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Főtt virsli Allergén Mentés	288,00	68,90	7,20	8,00	3,06	0,08	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		E Gulyásleves tej-tartósító m.	512,54	122,62	8,70	5,11	1,35	10,22	0,00	0,16	3,9
		Mákos metélt Toj.men.tész.	1 700,02	406,70	12,28	10,90	2,02	64,38	7,99	0,01	1
		U Felvágott / érzékenyeknek/ Kenyer érz.	205,80 699,73	49,23 167,40	5,53 5,64	2,92 0,42	0,91 0,00	0,14 34,20	0,00 0,00	0,27 0,01	
		Összesen:	4 048,25	968,48	43,07	27,55	7,34	141,32	17,98	0,47	