

Tételes étlap 2023.02.27. - 2023.03.05.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
2/27/2023 hétfő	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Felvágott / érzékenyeknek/ Paradicsom	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Zsemle érz.	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
		E Csontleves csiga tésztával Ovi	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		Rizseshús sertéshúsból	294,53	70,46	2,94	1,09	0,04	12,23	0,00	0,18	1,3,9
		Csemege uborka	1 874,83	448,53	14,14	23,56	9,21	43,39	0,01	0,38	(1),(6),(7),(8),(12)
		U Minijam 30.g	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	0,22	(12)
		Kenyér érz.	218,40	52,25	0,08	0,00	0,00	12,56	0,00	0,00	
		Összesen:	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01	
				3 884,22	929,24	31,81	28,25	10,18	132,02	10,00	1,09
2/28/2023 kedd	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea									
		Harcspástétom zöldf. 30gr.	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Retek, csomós	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
		Zsemle érz.	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		E Paradicsom leves A.M.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		Temesvári sertés szelet **TejM	502,70	120,26	3,33	2,75	0,27	20,58	4,00	0,10	1,9
		Tészta köret	1 156,16	276,59	15,31	21,51	7,08	5,16	0,00	0,30	1
		Ecetes cékla Kg.	398,74	95,39	3,17	1,15	0,13	17,98	0,00	0,09	1,3
		U Tepertőkrém **	132,69	31,74	0,66	0,05	0,00	6,96	4,00	0,62	
		Kenyér érz.	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
Összesen:	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01			
		4 146,19	991,90	32,34	35,33	7,48	112,44	17,99	1,20		

2023 3/1/2023 szerda	(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	172,43	41,25	2,58	1,97	0,59	0,99	0,00	0,15	1,(6),(7),(10)
			Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01	
		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)
			Sült tarja	703,40	168,28	21,84	8,75	2,37	0,34	0,00	0,44	
			Zöldborsófőzelék T.M.	894,98	214,11	10,65	3,45	0,38	35,18	5,94	0,03	1
		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:	4 019,14	961,53	54,80	25,94	5,02	121,06	15,99	1,16	
2023 3/2/2023 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 FLAKES/	618,40	147,94	3,08	0,24	0,00	33,20	0,00	0,00	1
		E	Almaleves TM.	851,06	203,61	3,03	1,28	0,14	46,66	18,53	0,18	1
			Paprikásburgonya hússal	1 260,18	301,48	21,00	7,02	0,83	38,21	0,00	0,30	
			Káposzta saláta	82,10	19,64	0,66	0,08	0,01	3,94	1,60	0,10	
		U	Húspástétom T.M.	406,98	97,37	7,50	7,11	2,18	0,78	0,00	0,36	
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
	Összesen:	3 947,47	944,38	39,51	17,36	3,34	156,63	26,12	0,96			
2023 itek	53) as 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	86,13	9,00	10,00	3,83	0,10	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	Szárzableves **T.M.	1 180,33	282,38	16,52	14,55	3,77	33,26	0,00	0,28	1,9		

3/3/ pér	(001 Tej menté		Tejberizs Rizstejjel T.M.	993,33	237,64	3,53	1,88	2,41	50,98	16,99	0,01	(1)
		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	
			Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01	
			Összesen:	4 103,78	981,78	38,11	31,58	11,21	155,64	26,98	0,32	