

**Tételes étlap 2023.04.10. - 2023.04.16.**

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
4/11/2023 kedd (00153) Tej mentes Óvoda	T Rizsital	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 Zöldbableves mir. TM.	472,75	113,10	2,98	5,63	0,66	12,71	1,64	0,17	1,9,(6),(7),(8),(12)
	Fasirozott Tej-tojás mentes.	1 271,95	304,30	14,68	25,11	7,51	4,26	0,00	0,43	1
	Tört burgonya	429,17	102,67	2,64	1,51	0,15	19,48	0,00	0,08	(1),(6),(7),(8),(12)
	Őszibarack befőtt	18,35	4,39	0,03	0,00	0,00	1,06	7,00	0,00	
	U Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
	Zsemle érz.	606,81	145,17	4,81	0,26	0,00	28,60	0,00	0,02	
	Összesen:	3 952,90	945,67	28,84	34,18	8,50	127,35	30,83	0,70	
4/12/2023 szerda (00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
	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 Bográcsgulyás Tej-toj. Ment	653,97	156,45	6,66	7,59	2,29	15,21	0,00	0,05	1
	Káposztás kocka toj.m.	1 354,22	323,98	11,31	3,60	0,29	60,82	0,00	0,21	1
	Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
	U Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18	
	Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
	Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01	
Összesen:	3 920,34	937,88	31,08	14,43	3,19	148,61	9,99	0,50		
4/13/2023 csütörtök (00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
	Tepertőkrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
	Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
	E Rántott leves **A.M.	489,97	117,22	2,42	4,70	0,55	16,50	0,00	0,06	1
	Bolognai spagetti T.M.	1 685,74	403,28	16,73	17,80	4,82	43,54	0,00	0,22	1
	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)
	Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00		

4/14/2023  
péntek

(00153)  
Tej mentes Óvoda

		Összesen:	4 024,19	962,72	33,24	36,13	6,54	117,57	9,99	0,63	
<b>T</b>	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)
	Kenyér érz.		466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
<b>E</b>	Almaleves TM.		578,19	138,32	1,66	0,26	0,06	31,69	8,47	0,08	1
	Tarhonyás hús **		1 572,25	376,13	14,77	21,11	5,16	31,30	0,00	0,17	1,3,6
	Vágott vegyes savanyúság		41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)
<b>U</b>	Felvágott / érzékenyeknek/		205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
	Zsemle érz.		466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		Összesen:	3 866,47	924,99	38,99	34,87	9,96	120,03	18,46	0,98	