

Tételes étlap 2023.04.17. - 2023.04.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
4/17/2023 hétfő	(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 Favágó lev. T.M.	873,04	208,86	10,92	11,90	4,10	14,23	0,00	0,30	1
		Tejbedara Rizstejes kakaó sz.	1 333,88	319,11	5,59	3,64	0,77	65,85	20,98	0,01	1
		U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Tejleskiőrlésű kifli	611,53	146,30	4,95	1,21	0,00	28,16	0,00	0,00	
		Összesen:	3 904,62	934,11	30,61	21,34	5,96	153,42	26,97	0,58	
4/18/2023 kedd	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Tepertőkrém **	191,40	45,79	0,61	4,60	0,00	0,01	0,00	0,01	
		Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
		Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		E Alföldi húsleves A.M.	724,73	173,38	8,30	11,00	3,43	10,02	0,00	0,25	1,9
		Fasirozott	910,57	217,84	7,51	18,32	4,10	5,27	0,00	0,19	1,3
		Burgonyafőzelék AM.	544,55	130,28	3,36	1,92	0,22	25,04	1,00	0,01	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)
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		Összesen:	3 836,93	917,93	32,66	40,27	8,92	97,85	10,99	0,80	
4/19/2023 szerda	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Sárgarépás margarinkrém A.M.	250,94	60,03	0,24	6,03	1,81	1,22	0,00	0,05	
		Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
		E Karfiollevés.Tej-toj ment.	416,05	99,54	3,78	2,76	0,30	14,94	0,00	0,10	1,9
		Fokhagymás aprópecsenye	1 098,31	262,75	14,47	21,39	7,08	2,97	0,00	0,54	1
		Párolt petr.rizs	663,55	158,74	3,33	1,41	2,67	32,13	0,00	0,10	
		Ecetes cékla	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		U Méz kg-os	410,26	98,15	0,12	0,00	0,00	24,30	24,30	0,01	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		Összesen:	3 947,76	944,44	29,42	32,07	11,86	130,66	34,29	0,82	

4/20/2023 csütörtök	(00153) Tej mentes Óvoda											
		T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Húspástétom T.M.	254,37	60,86	4,69	4,45	1,36	0,49	0,00	0,23	
			Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
			Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		E	Vegyes gyüm.levés TM.	230,06	55,04	0,79	0,10	0,04	12,99	7,99	0,39	1
			Csirkepörkölt	1 242,91	297,34	34,37	15,92	0,86	2,83	0,00	1,11	6,(1)
			Tészta köret	647,95	155,01	5,16	1,86	0,21	29,22	0,00	0,15	1,3
			Vágott vitamin saláta	66,04	15,80	0,85	0,10	0,02	2,85	0,00	0,01	12
		U	Felvágott / érzékenyeknek/ Zsemle érz.	343,00 466,78	82,06 111,67	9,22 3,70	4,87 0,20	1,52 0,00	0,24 22,00	0,00 0,00	0,45 0,02	
	Összesen:	3 912,64	936,04	62,96	27,82	4,01	104,40	17,98	2,37			
4/21/2023 péntek	(00153) Tej mentes Óvoda											
		T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Főtt virsli Allergén Mentés	324,00	77,51	8,10	9,00	3,45	0,09	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	Bazsalikomos zöldséglevés A.M.	392,87	93,99	2,60	2,58	0,28	15,14	0,00	0,22	1,9
			Húsoskáp.A.M.	1 592,35	380,94	18,80	22,98	7,59	24,28	0,00	1,10	1,(12)
			Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		U	Harcsapástétom zöldf. 30gr. Kenyér 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:	4 064,51	972,37	38,52	35,81	11,32	111,31	9,99	1,37	