

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 | (00151) Tartósítoszer 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. | 1 422,81 | 340,38 | 5,96 | 3,88 | 0,82 | 70,24 | 22,38 | 0,01 | 1 |
| | | U Liga margarin 20% zsírt. | 225,72 | 54,00 | 0,06 | 6,00 | 1,80 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | |
| | | Zsemle érz. | 466,78 | 111,67 | 3,70 | 0,20 | 0,00 | 22,00 | 0,00 | 0,02 | |
| | | Összesen: | 3 868,72 | 925,52 | 24,26 | 23,65 | 6,90 | 151,51 | 28,37 | 0,34 | |
| 4/18/2023 kedd | (00151) Tartósítoszer 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 | |
| | | 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. | 920,30 | 220,17 | 10,54 | 13,97 | 4,35 | 12,72 | 0,00 | 0,31 | 1,9 |
| | | Fasírozott Tej-tojás mentes. | 1 271,95 | 304,30 | 14,68 | 25,11 | 7,51 | 4,26 | 0,00 | 0,43 | 1 |
| | | Burgonyafőzelék AM. | 871,27 | 208,44 | 5,37 | 3,06 | 0,35 | 40,06 | 1,60 | 0,02 | 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: | 4 912,00 | 1 175,13 | 44,68 | 55,77 | 13,38 | 114,57 | 11,59 | 1,11 | |
| 4/19/2023 szerda | (00151) Tartósítoszer 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 Karfiolleves.Tej-toj ment. | 416,05 | 99,54 | 3,78 | 2,76 | 0,30 | 14,94 | 0,00 | 0,10 | 1,9 |
| | | Fokhagymás aprópecsenye A.M. | 1 094,46 | 261,83 | 14,39 | 21,38 | 7,08 | 2,74 | 0,00 | 0,53 | 1 |
| | | Párolt rizsköret A.M. | 798,07 | 190,93 | 3,87 | 2,38 | 3,18 | 37,28 | 0,00 | 0,17 | |
| | | Cékla saláta** | 297,96 | 71,28 | 0,96 | 0,07 | 0,00 | 16,35 | 11,99 | 0,26 | |
| | | 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: | 4 376,39 | 1 046,99 | 30,84 | 33,10 | 12,37 | 151,93 | 46,28 | 1,14 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--|----------|--------------------------------|----------|--------|-------|--------|-------|--------|------|------|------------------|
| 4/20/2023 csütörtök | (00151) Tartósítoszer 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 A.M. | 837,18 | 200,28 | 25,32 | 10,00 | 2,00 | 2,01 | 0,00 | 1,07 | |
| | | | Tésztak. toj.m | 1 011,72 | 242,04 | 8,00 | 2,45 | 0,17 | 46,72 | 0,00 | 0,08 | 1 |
| | | | Uborka saláta | 79,93 | 19,12 | 0,81 | 0,08 | 0,00 | 3,77 | 2,40 | 0,18 | |
| | | U | Liga margarin 20% zsírt. | 225,72 | 54,00 | 0,06 | 6,00 | 1,80 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | |
| | Zsemle érz. | 466,78 | 111,67 | 3,70 | 0,20 | 0,00 | 22,00 | 0,00 | 0,02 | | | |
| | Összesen: | 3 767,29 | 901,27 | 47,55 | 23,60 | 5,37 | 121,76 | 20,38 | 1,99 | | | |
| 4/21/2023 péntek | (00151) Tartósítoszer 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 | 86,13 | 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 | Bazsalikomos zöldségl. TejtojM | 431,41 | 103,21 | 2,90 | 2,60 | 0,28 | 17,08 | 0,00 | 0,23 | 1,9 |
| | | | Húsoskáp.A.M. | 1 633,18 | 390,71 | 19,28 | 23,57 | 7,78 | 24,90 | 0,00 | 1,13 | 1,(12) |
| | | | Alma 27% | 194,37 | 46,50 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,00 | |
| | | U | Harcspástétom zöldf. 30gr. | 335,65 | 80,30 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 0,50 | 0,00 | 0,02 | |
| | | | Kenyér érz. | 583,11 | 139,50 | 4,70 | 0,35 | 0,00 | 28,50 | 0,00 | 0,01 | |
| | | | Összesen: | 4 179,88 | 999,98 | 40,20 | 37,42 | 11,89 | 113,88 | 9,99 | 1,41 | |