

Tételes étlap 2023.05.01. - 2023.05.07.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
5/2/2023 kedd	(00151) Tartósítószer 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	Kertészleves**T.M.	739,02	176,80	12,58	7,96	1,90	13,64	0,44	1,67	1,(6),(7),(8),(12)
			Burgonyás tésztaTej-tojM.	1 289,72	308,55	9,72	3,23	0,25	59,78	0,00	0,16	1
			Narancs	172,20	41,20	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		U	Tepertőkrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
			Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
			Összesen:	3 950,55	945,11	31,83	22,50	2,33	149,66	6,43	1,88	
5/3/2023 szerda	(00151) Tartósítószer mentes- Óvoda											
		T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			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.	349,87	83,70	2,82	0,21	0,00	17,10	0,00	0,00	
		E	Zöldborsóleves T.M.	577,56	138,18	6,57	2,70	0,28	21,70	0,00	0,21	1,9
			Rántott hal tojm.	1 024,57	245,11	16,24	9,34	1,69	24,10	0,00	0,64	1,4
			Kukoricás párolt rizs	512,30	122,56	1,79	5,44	1,77	16,07	0,00	0,10	
			Uborka saláta	79,92	19,12	0,80	0,08	0,00	3,76	2,40	0,18	
		U	Húspástétom T.M.	508,73	121,71	9,37	8,89	2,72	0,98	0,00	0,45	
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
			Összesen:	4 039,96	966,51	41,95	31,46	7,66	126,51	12,39	1,60	

5/4/2023 csütörtök		(00151) Tartósítószer mentes- Óvoda									
T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		
	Főtt virsli Allergén Mentes	216,00	51,68	5,40	6,00	2,30	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)	
	Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
	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
		Finom főzelék T.M.	750,34	179,50	4,58	4,09	0,50	31,30	11,19	0,34	1
		Sült csirkecomb A.M.	947,97	226,78	25,08	13,66	2,42	0,60	0,00	0,37	
	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:		3 870,25	925,89	50,30	32,80	6,94	105,17	21,18	1,13	
5/5/2023 péntek		(00151) Tartósítószer mentes- Óvoda									
T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00		
	Liga margarin 20% zsírt.	225,72	54,00	0,06	6,00	1,80	0,00	0,00	0,01		
	Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	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 A.M.	502,70	120,26	3,32	2,75	0,27	20,57	4,00	0,10	1,9	
	Rántott csirkemellfiléToj.m.	697,84	166,95	14,47	2,90	0,55	20,87	0,00	0,34	1	
	Petrezselymes burg.A.M.	864,70	206,86	4,17	7,76	0,84	29,83	0,00	0,17		
	Cékla saláta A.M.	123,41	29,52	0,96	0,07	0,00	5,96	1,60	0,25		
U	Miniméz 20 g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01		
Összesen:		3 932,80	940,85	31,88	20,07	3,46	154,91	31,79	0,91		