

**Tételes étlap 2023.06.19. - 2023.06.25.**

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
6/19/2023 hétfő	(00161) Tej tojás szója 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 Almaleves TM.	578,19	138,32	1,66	0,26	0,06	31,69	8,47	0,08	1
		Rizseshús sertéshúsból	1 533,96	366,98	11,57	19,28	7,54	35,50	0,01	0,31	(1),(6),(7),(8),(12)
		Ecetes cékla	102,62	24,55	0,65	0,00	0,00	3,95	0,00	0,00	
		U 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:	3 767,72	901,36	26,73	24,33	8,69	138,32	14,47	0,68	
6/20/2023 kedd	(00161) Tej tojás szója 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	344,85	82,50	5,16	3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	1,(6),(7),(10)
		Jégcsapretek	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
		E Erőleves	399,42	95,56	1,86	5,71	0,72	9,14	0,12	0,98	1,3,9,(6),(7),(8),(12)
		Zöldborsó főzelék mir. T.M.	1 053,86	252,12	10,09	6,96	0,78	37,26	9,59	0,10	1
		Fasírozott	746,00	178,47	2,88	17,25	2,68	2,62	0,00	0,09	1,3
		U Tepertőkrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
		Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		Zsemle érz.	233,39	55,84	1,85	0,10	0,00	11,00	0,00	0,01	
		Összesen:	3 996,56	956,13	27,43	44,03	5,35	105,61	19,70	1,48	
6/21/2023 szerda	(00161) Tej tojás szója mentes óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Harcapástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
		Kenyér érz.	349,87	83,70	2,82	0,21	0,00	17,10	0,00	0,00	
		E Sav. burgonya leves T.M.	384,95	92,10	1,96	3,14	0,35	14,02	0,00	0,17	1
		Paradics.húsg.	1 122,90	268,64	10,03	14,82	4,34	23,74	9,26	0,09	1,3
		Múzli gyüm. A.M.( glut.-tej m.	668,80	160,00	0,00	7,20	0,00	20,20	9,50	0,00	
		U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Zsemle érz.	606,81	145,17	4,81	0,26	0,00	28,60	0,00	0,03	
Összesen:	3 850,16	921,10	25,17	28,65	5,60	114,60	28,75	0,58			

6/22/2023 csütörtök	(00161) Tej tojás szója 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)
			Kenyér érz.	349,87	83,70	2,82	0,21	0,00	17,10	0,00	0,00	
		E	Galuska leves	280,86	67,19	0,73	0,49	0,07	14,46	0,00	0,17	(1),(6),(7),(8),(12)
			Sült csirkecomb	731,50	175,00	20,90	9,84	1,84	0,50	0,00	0,24	
			Petrezselymes burg.	917,39	219,47	5,79	3,39	0,33	41,19	0,00	0,09	
			Káposzta saláta	270,50	64,71	2,58	0,32	0,04	12,38	3,20	0,21	
		U	Alma-körte püré	209,00	50,00	1,00	0,02	0,00	14,00	0,00	0,00	
			Zsemle érz.	606,81	145,17	4,81	0,26	0,00	28,60	0,00	0,03	
			Összesen:	3 901,31	933,33	47,65	24,53	6,11	138,63	13,19	0,74	
6/23/2023 péntek	(00161) Tej tojás szója 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	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			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
			Tarhonyás hús **	1 674,79	400,67	15,74	22,49	5,50	33,34	0,00	0,19	1,3,6
			Vágott vegyes savanyúság 27%	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)
		U	Minijam 30.g	318,52	76,20	0,01	0,00	0,00	12,56	0,00	0,00	
			Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01	
			Összesen:	4 037,26	965,87	32,31	32,41	7,41	126,59	9,99	0,95	