

Tételes étlap 2023.06.26. - 2023.07.02.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
6/26/2023 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 Gulyásleves sertés húsból	1 388,26	332,12	10,23	25,09	5,20	16,07	0,00	0,23	1,3
		Morzsásmetélt s.barack lekv.	804,84	192,54	4,41	3,55	0,52	35,28	11,21	0,16	1,3,(12)
		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:	3 746,05	896,17	27,49	33,43	6,81	118,53	17,20	0,68	
6/27/2023 kedd	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		Főtt virsli Allergén Mentés	360,00	86,12	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 Piritott tésztaleves	57,95	13,86	0,35	0,42	0,04	2,14	0,00	0,02	1,3,(6),(7),(8),(12)
		Kelkáposzta főzelék	895,45	214,22	7,20	8,04	0,92	28,43	0,00	0,52	1,9
		Sertés aprópecsenye	1 255,13	300,27	14,20	26,55	7,65	0,96	0,00	0,53	
		U Tepertőkrém **	382,80	91,57	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
		Kenyér érz.	466,48	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
		Sárgarépa	67,25	16,08	0,48	0,08	0,01	3,24	0,00	0,12	
		Összesen:	4 127,22	987,35	39,92	54,77	12,45	89,99	9,99	1,22	
6/28/2023 szerda	(00153) Tej mentes Óvoda	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
		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.	93,35	22,33	0,74	0,04	0,00	4,40	0,00	0,00	
		Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		E Zöldségleves	419,16	100,28	2,72	2,59	0,28	16,39	0,00	0,16	1,3
		Cseresznye mártás mir.T.M.	898,74	215,00	3,14	0,68	0,08	48,56	15,98	0,11	1
		Rántott sertésszelet	878,22	210,10	6,81	16,55	2,35	7,96	0,00	0,14	1,3
		U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,26	
		Zöldpaprika	32,76	7,83	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,00	
Összesen:	3 825,74	915,23	29,90	27,78	4,79	129,92	25,97	0,96			

6/29/2023 csütörtök	(00153) Tej mentes Óvoda	T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Málna lekvár	221,00	52,87	0,10	0,00	0,00	13,66	0,00	0,00	
			Rozsos kenyér	535,00	127,99	4,05	0,45	0,05	26,95	0,00	0,05	1,(6),(7)
		E	Csontleves tésztabet. A.toj.m.	724,15	173,25	7,20	2,82	0,00	29,82	0,00	0,52	1,9
			Rakott burgonya Tejmentes	1 388,01	332,06	13,63	17,40	4,59	29,64	0,00	0,29	3
			Ecetes cékla	102,61	24,55	0,65	0,00	0,00	3,95	0,00	0,00	
		U	Harcsapástétom zöldf. 50 gr.	430,34	102,95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
			Összesen:	4 043,27	967,30	29,35	20,87	4,64	136,32	9,99	0,88	
6/30/2023 péntek	(00153) Tej mentes Óvoda	T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Liga margarin 20% zsírt.	225,72	54,00	0,06	6,00	1,80	0,00	0,00	0,00	
			Kaliforniai paprika	33,44	8,00	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	Brokkoli leves**AM	345,63	82,68	3,63	1,80	0,20	13,23	0,00	0,17	1
			Lecsós sertésragu **	1 106,76	264,77	14,66	21,48	7,07	2,85	0,00	0,30	
			Tészta köret	747,63	178,86	5,95	2,14	0,24	33,72	0,00	0,16	1,3
		U	Húspástétom T.M.	508,73	121,71	9,37	8,89	2,72	0,98	0,00	0,45	
			Kenyer érz.	466,48	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	
	Összesen:	4 076,55	975,25	41,63	40,91	12,03	107,08	9,99	1,10			