



Tételes étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 23. hátfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Méz	54,70	13,09	0,02	0,00	0,00	3,24	3,24	0,00		
	Margarin	83,65	20,01	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
	Kifli	228,40	54,64	1,88	0,14	0,05	11,40	0,00	0,21		
	T Limonádé	143,55	34,34	0,05	0,00	0,00	8,38	8,10	0,00		
	E Brokkolifőzelék	695,78	166,45	9,43	1,92	0,87	27,51	0,00	0,10	 	
	Brassói feltét	436,29	104,38	8,72	7,01	1,58	1,48	0,00	0,09		
	Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05		
	U Kakaó	521,63	124,79	5,47	4,63	2,53	15,15	6,99	0,17	 	
	Párizsi	133,69	31,98	1,79	2,73	1,03	0,03	0,00	0,34	 	
	Trappista sajt	233,16	55,78	4,16	4,22	2,68	0,24	0,00	0,36	 	
	Margarin	83,65	20,01	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
	Teljeskiőrlésű kenyér	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		





2024. 09. 24. kedd		2024. 09. 23 (00480)											
2024. 09. 24. kedd (00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
		Összesen:	3 801,44	814,75	41,71	32,47	12,96	116,75	18,33	1,98			
	R	Karamell	512,27	122,55	5,10	4,20	2,28	15,94	7,99	0,17			
		Szárnyasmájkrém	49,20	0,00	0,79	0,77	0,23	0,38	0,00	0,06			
		Zsemle	375,13	89,75	3,13	0,77	0,07	17,48	0,00	0,48			
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	T	Gyümölcslé	366,61	87,70	0,10	0,00	0,00	1,95	1,62	0,00			
	E	Csirkepörkölt	379,71	90,84	8,53	5,82	0,95	0,97	0,00	0,59			
		Tészta köret	712,24	170,39	6,00	3,22	0,46	29,16	0,00	0,25			
		Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00			
	U	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17			
		Mogyorókrém	23,12	5,53	0,65	3,10	0,58	5,70	4,80	0,14			
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80			
		Összesen:	3 514,72	829,06	34,04	22,78	6,97	115,53	14,41	2,66			





2024. 09. 25.

szarva

(00480)

Gyermek (1-3 év)

R	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Napraforgókrém	108,02	25,84	0,23	3,99	1,00	0,14	0,00	0,05		
	Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,80		
	Sárgarépa	33,63		8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06	
T	Gyümölcslé	366,62	87,71	0,11	0,00	0,00	1,95	1,62	0,01		
E	Sütőtökfőzelék	792,88	189,68	3,79	1,22	0,20	40,66	9,99	0,04		
	Tavaszi vagdalt	731,10		13,43	10,01	4,13	7,42	0,00	0,61		
	Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01		
U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23		
	Paradicsomos fűszeres halkrém	138,91		33,23	2,57	3,23	0,78	0,80	0,00	0,12	
	Teljeskiórlésű zsömle	210,72	0,00	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22		
	Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:	3 843,56	869,08	38,93	29,42	11,59	108,67	11,61	2,32		





2024. 09. 26.

csütörtök

(00480)

Gyermek (1-3 év)

R	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Tavaszi felvágott	115,04	27,52	1,55	2,19	0,83	0,36	0,00	0,28		
	Margarin	83,65	20,01	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
	Trappista sajt	155,44	37,19	2,77	2,81	1,79	0,16	0,00	0,24		
	Zsemle	375,13	89,75	3,13	0,77	0,07	17,48	0,00	0,48		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	T Gyümölcstea	89,20	21,34	0,01	0,00	0,00	5,24	5,00	0,00		
	E	Rakott burg virslivel	1 412,38	337,89	14,99	16,40	6,20	31,61	0,00	1,16	
		Körte	199,36	47,69	0,36	0,27	0,00	10,80	0,00	0,01	
	U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23	
		Magyaros vajkrém	127,01	30,38	0,20	3,20	1,55	0,16	0,00	0,00	
		Kifli	228,40	54,64	1,88	0,14	0,05	11,40	0,00	0,21	
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Összesen:	3 695,75	884,14	37,20	39,14	16,77	96,92	5,00	2,84	





2024. 09. 27.

nántak

(00480)

Gyermek (1-3 év)

R	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Diós sajtkrém	369,53	88,40	1,47	8,84	4,86	0,63	0,00	0,24		
	Zsemle	375,13	89,75	3,13	0,77	0,07	17,48	0,00	0,48		
	Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
T	Gyümölcsle	366,62	87,71	0,11	0,00	0,00	1,95	1,62	0,01		
E	Zöldbab csőben sütve	1 134,27	271,36	18,54	13,30	5,38	18,83	0,00	0,48		
	Szilva	226,49	54,18	0,63	0,15	0,00	11,79	0,00	0,01		
U	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Vaj	212,74	50,89	0,03	5,60	2,71	0,04	0,00	0,00		
	Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		
	Teljeskiőrlésű zsömle	210,72	0,00	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22		
	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03		
	Összesen:	3 969,60	899,25	42,27	42,23	18,85	78,29	1,62	1,96		





.....

Élelmezésvezető

.....

Bölcsődevezető

.....

Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

