



Tételes étlap 2024.10.07. - 2024.10.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 10. 07. hátfő (00480) Gyermek (1-3 év)	R Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Sajtkrém, natur	316,26	75,66	1,10	7,70	4,58	0,40	0,00	0,24		
	Kifli	228,40	54,64	1,88	0,14	0,05	11,40	0,00	0,21		
	Kaliforniai paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	T Limonádé	90,71	21,70	0,01	0,00	0,00	5,27	5,00	0,00		
	E Rakott csirkemell	844,64	202,06	21,47	9,41	5,09	7,64	0,00	0,64		
	Burgonyapüré	821,35		5,46	4,54	1,71	32,66	0,00	0,11		
	Mandarin	176,38	196,49	0,63	0,27	0,00	8,82	0,00	0,00		
	U Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Kuglóf	588,40	140,77	4,01	3,47	1,66	23,21	4,00	0,02		
	Összesen:	3 838,52		918,29	45,00	33,99	17,65	105,90	9,00	1,56	





2024. 10. 08. kedd												
2024. 10. 09. szombat												
Gyermek (1-3 év)	R	Kakaó	521,63	124,79	5,47	4,63	2,53	15,15	6,99	0,17		
		Gépsonka	98,22	23,50	3,39	1,07	0,36	0,06	0,00	0,17		
		Margarin	138,78	33,20	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
		Teljeskiórlésű kenyér	395,74	0,00	3,70	0,49	0,03	18,75	0,00	0,39		
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	T	Gyümölcsle	366,62	87,71	0,11	0,00	0,00	1,95	1,62	0,01		
	E	Karalábéfőzelék	589,22	140,96	7,27	3,14	1,59	20,62	0,00	0,37		
		Sertés pörkölt	405,46	97,00	8,71	6,10	1,49	1,69	0,00	0,18		
		Körte	177,21	42,40	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
	U	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
	Sajtos pogácsa.	762,18	182,34	2,46	9,80	3,58	13,48	0,00	0,79			
	Összesen:	3 851,37	826,71	36,74	33,21	12,82	90,07	8,61	2,30			
Gyermek (1-3 év)	R	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17		
		Zala felvágott	153,66	36,76	2,34	2,99	1,09	0,09	0,00	0,38		
		Trappista sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
		Margarin	83,65	20,01	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
		Teljeskiórlésű zsömlé	210,72	0,00	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22		





2024. 10. 09. szarva (00480) Gyermek (1-3 év)												
R	Karalábé	32,08	7,68	0,42	0,04	0,00	1,38	0,00	0,03			
T	Gyümölcsstea mézzel	142,04	33,98	0,05	0,00	0,00	8,34	8,10	0,00			
E	Mexikói sertés tokány	610,77	146,12	11,57	6,36	1,50	10,36	0,00	0,39			
	Tészta köret	712,24	170,39	6,00	3,22	0,46	29,16	0,00	0,25			
	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			
	Házi halkrém	142,28	34,04	2,46	3,57	0,82	0,34	0,00	0,09			
	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			
	Összesen:	3 796,15	857,76	46,12	36,56	13,81	102,39	8,10	2,80			
2024. 10. 10. csütörtök (00480) Gyermek (1-3 év)												
R	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			
	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	Gyümölcslé	368,15	88,07	0,83	0,51	0,18	18,62	17,13	0,04			
E	Céklafőzelék	330,36	79,03	2,93	1,30	0,67	13,43	0,00	0,34			





2024. 10. 10. csütörtök (00480) Gyermek (1-3 év)														
E	Cukkinifasírt	717,12	171,56	5,31	4,93	0,68	26,24	0,00	0,30					
	Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05					
	U	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17				
		Körözött túró	175,01	41,87	2,65	3,72	1,45	1,14	0,00	0,23				
		Kifli	228,40	54,64	1,88	0,14	0,05	11,40	0,00	0,21				
	Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00					
	Összesen:	584,01	857,41	28,57	25,54	10,37	126,97	17,13	2,00					
2024. 10. 11. péntek (00480) Gyermek (1-3 év)	R	Tej	378,00	90,43	5,10	4,20	2,28	7,95	0,00	0,17				
		Szárnyasmájkrém	49,20	0,00	0,79	0,77	0,23	0,38	0,00	0,06				
		Teljeskiórlésű zsömlé	210,72	0,00	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22				
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00					
	T	Gyümölcsle	366,62	87,71	0,11	0,00	0,00	1,95	1,62	0,01				
	E	Paradicsom főzelék	802,00	191,87	4,33	3,30	0,42	35,98	14,99	0,45				
		Húsgombóc	490,88	117,44	8,39	3,03	1,01	14,01	0,00	0,08				
		Szőlő	303,33	72,57	0,54	0,27	0,00	16,29	0,00	0,01				
	U	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,23				





2024. 10. 11. nántak (00480) Gyermek (1-3)	U	Pulykahúskrém	182,45	43,65	4,61	3,64	1,06	0,90	0,00	0,09		
		Zsemle	375,13	89,75	3,13	0,77	0,07	17,48	0,00	0,48		
		Sárgarépa	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
		Összesen:	3 714,27	826,41	36,38	21,97	8,16	117,67	16,61	1,86		

.....

Élelmezésvezető

.....

Bölcsődevezető

.....

Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

