



Tételes étlap 2019.11.25. - 2019.12.01.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/25/2019 hétfő (00490) Bölcsőde normál (1-3 év) 4x	R Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23			
	Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00			
	Gépsonka	130.96	31.33	4.52	1.42	0.49	0.08	0.00	0.22			
	Flóra margarin	222.30	53.18	0.00	6.00	1.10	0.01	0.75	0.02			
	Zsemle korpás	695.38	166.36	7.05	1.02	0.10	32.04	0.00	0.73			
	Jégcsap-sörretek	12.18	2.91	0.24	0.02	0.00	0.44	0.00	0.03			
	T Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01			
	E Gulyásleves	950.59	227.41	12.76	8.79	1.84	23.75	0.01	0.32			
	Tejbedara kakaó szóráttal	1 450.42	346.99	11.12	6.65	3.42	60.26	19.98	0.33			
	U Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23			
	Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00			
	Sajtkrém, natur	474.39	113.49	1.65	11.55	6.87	0.60	0.00	0.35			
	Félbarna kenyér	432.43	103.45	3.92	0.40	0.00	20.92	0.00	0.80			
	Uborka(kígyó)	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01			
	Összesen:		5 631.87	1 347.32	55.28		19.90	173.32	30.74	3.28		





11/26/2019

kedd

(00490)

Bölcsőde normál (1-3 év) 4x

R	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23			
	Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00			
	Metélőhagymás túrókrém	181.22	43.35	2.81	3.06	1.58	1.09	0.00	0.01			
	Teljes kiőrlésű kenyér	395.74	94.67	3.70	0.49	0.03	18.75	0.00	0.39			
	Zöldpaprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
	T	Banán	658.16	157.45	1.95	0.15	0.00	36.30	0.00	0.08		
		E	Fokhagymás aprópecsenye	596.12	142.61	13.59	7.36	2.03	5.46	0.04	0.25	
	Zöldborsófőzelék		1 208.68	289.16	14.75	8.08	1.57	38.77	3.02	0.20		
	U	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00		
		Csokis gabonagolyó	474.01	113.40	3.00	0.60	0.12	24.00	7.47	0.23		
	Összesen:		4 710.99	1 127.02	53.66		11.41	156.35	20.53	1.62		





11/27/2019

szerda

(00490)

Bölcsőde normál (1-3 év) 4x

R	Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00			
	Tejeskávé	599.00	143.30	6.86	5.60	3.04	16.20	5.00	0.23			
	Croissan sajtos	959.74	229.60	5.22	14.45	7.05	19.39	0.00	0.44			
	T	Narancs	86.55	20.71	0.30	0.10	0.00	4.25	0.00	0.00		
		E	Sült csirkecomb filé falatok	692.91	165.77	18.95	9.38	1.72	1.25	0.02	0.31	
			Burgonyapüré	1 002.01	239.71	6.49	8.14	2.77	34.27	0.00	0.29	
		Alma befőtt, hámozott darabolt	216.66	51.83	0.18	0.18	0.00	12.12	8.76	0.00		
	U	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00		
		Húskrém házi	479.38	114.68	7.61	8.53	2.55	1.79	0.02	0.26		
		Graham kenyér	445.87	106.67	4.04	0.40	0.00	21.60	0.00	0.69		
		Paradicsom	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.00		
	Összesen:		5 177.11	1 238.54	56.67		20.18	132.45	23.80	2.45		





11/28/2019 csütörtök (00490) Bölcsőde normál (1-3 év) 4x	R	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00		
		Kockasajt	251.83	60.25	3.34	5.00	2.97	0.40	0.00	0.56		
		Stangli	536.95	128.46	5.67	2.60	1.49	20.45	0.00	0.00		
	T	Körte	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
	E	Főtt tojás 0,5 db/adag kész	138.10	33.04	2.70	2.40	0.62	0.12	0.00	0.07		
		Sóskamártás mir. bölcsi	1 308.95	313.15	7.32	15.56	3.99	34.85	14.99	0.12		
		Főtt burgonya bölcsi	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.11		
	U	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
		Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00		
		Flóra margarin	222.30	53.18	0.00	6.00	1.10	0.01	0.75	0.02		
		Zsemle korpás	695.38	166.36	7.05	1.02	0.10	32.04	0.00	0.73		
		Pick Rákóczi szalámi	430.00	102.87	4.80	9.40	3.80	0.10	0.10	0.84		
		Olajos káposzta Bölcsi	97.57	23.34	0.31	1.91	0.21	1.20	0.00	0.21		
		Összesen:	5 522.39	1 321.15	48.76			20.40	154.05	25.84	3.13	





11/29/2019 péntek	(00490) Bölcsőde normál (1-3 év) 4x	R	Tej	504.00	120.57	6.80	5.60	3.04	10.60	0.00	0.23		
			Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00		
			Tonhalkrém	508.12	63.54	4.78	11.30	3.02	0.04	0.00	0.40		
			Teljes kiőrlésű kenyér	395.74	94.67	3.70	0.49	0.03	18.75	0.00	0.39		
			Pritamin paprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		T	Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
		E	Carbonare kiskagyló	1 813.97	433.96	23.56	14.88	5.20	50.81	1.04	2.62		
			Kinder Pingui	551.40	131.91	3.07	8.02	3.34	11.70	8.90	0.13		
		U	Natúr joghurt	405.72	97.06	5.10	5.40	2.93	6.90	0.00	0.45		
			Kifli	502.47	120.21	4.14	0.31	0.00	25.08	0.00	0.00		
			Gyümölcs tea	86.34	20.66	0.01	0.00	0.00	5.09	5.00	0.00		
			Összesen:	4 943.19	1 124.55	51.61		17.56	138.16	19.94	4.23		

.....
közétkeztetési feladó sk

.....
közétkeztetési eladó sk

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

