



Tételes étlap 2019.03.18. - 2019.03.24.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2019.03.18. hétfő	(00499) Óvoda XI.	T	Hideg tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
			Párizsi glutén- és szójamentes	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	(10)	
			Margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	
			Kukoricás kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00	1	
		E	Legényfogó leves sertéshússal	832,75	199,22	11,02	11,63	4,05	12,73	0,00	0,58	1,3,7,9	
			Szilvalekváros gombóc	1 150,26	275,18	6,54	6,10	0,60	46,66	0,00	0,88	1,3,7	
			Fahéjas porcukor szórat	338,72	81,03	0,01	0,01	0,00	20,14	19,98	0,00		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
		U	Magyaros vajkrém	298,00	71,29	0,50	7,40	0,00	1,04	0,00	0,00	7	
			Zsemle, teljes kiőrlésű	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,54	1	
			Kígyóuborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
			Összesen:	4 884,95	1 168,64	37,95		10,97	155,69	19,98	4,01		
2019.03.19. kedd	(00499) Óvoda XI.	T	Karamell	541,55	129,23	4,95	2,25	1,22	22,49	14,99	0,20	7	
			Croissant magos	802,20	191,00	4,10	9,25	0,00	22,30	0,00	0,40	1,3,7,11,(5),(8)	
		E	Daragaluska leves	441,98	105,74	3,60	1,99	0,24	18,31	0,00	1,10	1,3,9	
			Székelykáposzta	1 064,91	254,76	11,96	17,22	6,10	11,99	0,00	1,77	1,7,(9),(12)	
			Félbarna kenyér	206,64	49,44	1,96	0,20	0,02	9,58	0,36	0,24	1	
			Piskótarolád	1 121,40	268,28	6,29	3,61	0,00	52,28	0,00	0,00	1,3,7	
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
		U	Kőrözött	118,82	28,43	2,36	1,54	0,80	1,21	0,00	0,50	7	
			Teljes kiőrlésű kenyér	557,34	133,34	5,05	0,50	0,00	27,00	0,00	0,55	1	
			Paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
			Összesen:	4 879,41	1 166,10	40,63		8,38	166,06	15,35	4,97		





2019.03.20. szerda	(00499) Óvoda XI.	T	Gyümölcs tea	86,62	20,72	0,00	0,00	0,00	5,02	5,01	0,00		
			Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7,(1)	
			Rágórépa	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
			Burgonyás kenyér	538,02	128,71	5,05	0,90	0,00	24,95	0,00	0,00	1	
		E	Paradicsomleves	554,56	132,67	3,99	1,46	0,10	25,37	5,99	0,51	1,9,(12)	
			Köményes sertéssült	452,78	108,32	12,78	5,82	1,83	1,08	0,00	0,23		
			Burgonyapüré	724,27	173,20	5,24	0,79	0,29	35,50	0,00	1,53	7	
			Céklasaláta	132,69	31,74	0,66	0,05	0,00	6,96	4,00	0,62	(12)	
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
		U	Hideg tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
			Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	3	
			Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00	7	
			Zsemle, teljes kiőrlésű	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,54	1	
			Összesen:	4 516,64	1 080,45	49,57		13,61	143,46	15,00	4,79		
2019.03.21. csütörtök	(00499) Óvoda XI.	T	Forralt tej	386,40	92,00	6,60	3,00	1,63	10,00	0,00	0,27	7	
			Méz	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
			Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00	7	
			Kukoricás kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00	1	
		E	Karfiolkrémleves	418,51	100,12	3,28	4,54	1,07	11,33	0,00	0,24	1,7	
			Levesgyöngy	168,00	40,00	0,84	1,40	0,46	5,70	0,00	0,10	1,3,(6),(7)	
			Bazsalikomos csirkemell	381,93	91,37	16,45	1,64	0,27	2,70	0,00	0,42	1	
			Zöldséges rizs	990,50	236,96	5,20	2,08	0,24	49,01	0,00	0,59		
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
			Narancs	276,97	66,26	0,96	0,32	0,00	13,60	0,00	0,01		
		U	Csirkesonka EF EF	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
			Margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	(7)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	557,34	133,34	5,05	0,50	0,00	27,00	0,00	0,55	1	





19.03.22. péntek	(00499) Óvoda XI.	U	Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	4 508,03	1 077,85	47,07		9,14	155,70	8,10	3,92		
		T	Citromos tea	172,47	41,26	0,08	0,02	0,00	10,01	10,00	0,00		
			Zöldfűszeres túrókrém	126,55	30,27	2,97	1,56	0,83	1,03	0,00	0,21	7	
			Burgonyás kenyér	538,02	128,71	5,05	0,90	0,00	24,95	0,00	0,00	1	
			Kígyóuborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Rizsleves	303,16	72,53	3,64	1,59	0,12	10,83	0,00	0,40	9	
			Sertéspörkölt	115,44	27,62	0,75	1,01	0,10	3,83	0,00	0,59	1,(9)	
			Sárgaborsó főzelék	832,14	199,08	9,77	5,89	0,90	26,07	0,00	0,83	1	
			Teljes kiőrlésű kenyér	222,94	53,33	2,02	0,20	0,00	10,80	0,00	0,22	1	
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Hideg tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
			Lekváros táska	796,00	190,43	2,15	11,30	0,00	18,50	0,00	0,00	1,3,7	
			Összesen:	3 770,87	902,12	33,93		4,99	124,13	10,00	2,70		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezető

"Az étlapváltozás jogát fenntartjuk"

