



### Tételes étlap 2019.04.29. - 2019.05.05.

|                      | Diéta                |   | Étlap tétel             | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének      | Fogy. ár |
|----------------------|----------------------|---|-------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|-----------------|----------|
| 2019.04.29.<br>hétfő | (00499)<br>Óvoda XI. | T | Gyümölcs tea            | 86,62        | 20,72          | 0,00        | 0,00     | 0,00           | 5,02           | 5,01      | 0,00   |                 |          |
|                      |                      |   | Főtt Bécsi rudacska     | 581,62       | 139,14         | 7,50        | 12,00    | 4,60           | 0,12           | 0,00      | 0,62   |                 |          |
|                      |                      |   | Ketchup                 | 90,72        | 21,70          | 0,42        | 0,08     | 0,00           | 4,80           | 2,80      | 0,43   | (1)             |          |
|                      |                      |   | Burgonyás kenyér        | 538,02       | 128,71         | 5,05        | 0,90     | 0,00           | 24,95          | 0,00      | 0,00   | 1               |          |
|                      |                      | E | Májgaluskaleves         | 366,70       | 87,73          | 5,29        | 1,96     | 0,39           | 11,97          | 0,00      | 1,18   | 1,3,9,(12)      |          |
|                      |                      |   | Főtt tojás              | 276,19       | 66,07          | 5,40        | 4,80     | 1,24           | 0,24           | 0,00      | 0,14   | 3               |          |
|                      |                      |   | Parajmártás             | 481,67       | 115,08         | 5,86        | 3,22     | 0,77           | 15,70          | 0,00      | 0,92   | 1,7             |          |
|                      |                      |   | Főtt burgonya           | 391,95       | 93,77          | 2,50        | 0,20     | 0,03           | 20,00          | 0,00      | 1,29   |                 |          |
|                      |                      |   | Kókuszkočka             | 732,06       | 175,13         | 4,50        | 0,70     | 0,12           | 37,50          | 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 | Trappista sajt          | 466,33       | 111,56         | 8,31        | 8,43     | 5,36           | 0,48           | 0,00      | 0,36   | 7               |          |
|                      |                      |   | Margarin                | 265,61       | 63,54          | 0,02        | 7,00     | 1,90           | 0,04           | 0,00      | 0,10   | (7)             |          |
|                      |                      |   | Zsemle, teljes kiőrlésű | 616,67       | 147,53         | 5,08        | 0,38     | 0,00           | 30,78          | 0,00      | 0,54   | 1               |          |
|                      |                      |   | Póréhagyma              | 9,25         | 2,21           | 0,13        | 0,02     | 0,00           | 0,38           | 0,00      | 0,00   |                 |          |
|                      |                      |   | Összesen:               | 4 903,41     | 1 172,89       | 50,06       |          | 14,41          | 151,98         | 7,81      | 5,79   |                 |          |
| 2019.04.30.<br>kedd  | (00499)<br>Óvoda XI. | T | Citromos tea            | 172,47       | 41,26          | 0,08        | 0,02     | 0,00           | 10,01          | 10,00     | 0,00   |                 |          |
|                      |                      |   | Tonhalkrém              | 232,52       | 55,63          | 3,00        | 4,56     | 0,56           | 0,69           | 0,00      | 0,19   | 4,7,10,(1),(12) |          |
|                      |                      |   | Félbarna kenyér         | 516,60       | 123,59         | 4,90        | 0,50     | 0,05           | 23,95          | 0,90      | 0,60   | 1               |          |
|                      |                      |   | Paprika                 | 24,57        | 5,88           | 0,36        | 0,09     | 0,00           | 0,90           | 0,00      | 0,00   |                 |          |
|                      |                      | E | Csontleves              | 147,53       | 35,29          | 1,44        | 1,26     | 0,11           | 4,73           | 0,00      | 0,60   | 9               |          |
|                      |                      |   | Cérnametélt             | 183,96       | 44,01          | 1,25        | 1,07     | 0,10           | 7,30           | 0,00      | 0,49   | 1               |          |
|                      |                      |   | Vagdalt szárnyas        | 672,31       | 160,84         | 10,81       | 6,99     | 1,61           | 13,49          | 0,00      | 1,28   | 1,3             |          |
|                      |                      |   | Paradicsomos káposzta   | 514,73       | 123,14         | 4,25        | 1,49     | 0,13           | 22,47          | 5,00      | 0,84   | 1,(12)          |          |
|                      |                      |   | 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   |                 |          |





|                          |                      |       |   |                         |          |          |       |       |       |        |       |      |                        |  |
|--------------------------|----------------------|-------|---|-------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------------------------|--|
| 2019.04.3                | (00499)              | Óvoda | U | Hideg tej               | 504,00   | 120,57   | 6,80  | 5,60  | 3,04  | 10,60  | 0,00  | 0,22 | 7                      |  |
|                          |                      |       |   | Kakaós csiga            | 1 075,00 | 257,18   | 3,80  | 0,00  | 0,00  | 30,90  | 0,00  | 0,00 | 1,3,7,(8),(15)         |  |
|                          |                      |       |   | Összesen:               | 4 189,10 | 1 002,18 | 37,09 |       | 5,60  | 132,04 | 15,90 | 4,44 |                        |  |
| 2019.05.02.<br>csütörtök | (00499)<br>Óvoda XI. | T     |   | Gyümölcs tea            | 86,62    | 20,72    | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 5,02   | 5,01  | 0,00 |                        |  |
|                          |                      |       |   | Pizzasonka              | 110,88   | 26,40    | 3,04  | 1,26  | 0,46  | 0,70   | 0,00  | 0,01 | (1),(6),(7)            |  |
|                          |                      |       |   | 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                      |  |
|                          |                      | E     |   | Zöldborsóleves          | 224,28   | 53,66    | 3,46  | 1,55  | 0,21  | 6,37   | 0,00  | 0,51 | 1,3                    |  |
|                          |                      |       |   | Csikós tokány           | 1 254,53 | 300,13   | 13,38 | 23,89 | 7,79  | 6,07   | 0,00  | 1,69 | 1,7,(9)                |  |
|                          |                      |       |   | Tészta köret szarvacska | 1 306,83 | 312,64   | 9,60  | 3,64  | 0,30  | 60,00  | 0,00  | 0,15 | 1                      |  |
|                          |                      |       |   | Müzliszelet, gyümölcsös | 338,52   | 80,99    | 1,20  | 2,80  | 0,00  | 12,60  | 4,00  | 0,00 | 1,(5),(6),(7),(8),(11) |  |
|                          |                      |       |   | Ásványvíz               | 0,00     | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00  | 0,21 |                        |  |
|                          |                      | U     |   | Sajtkrém                | 316,26   | 75,66    | 1,10  | 7,70  | 4,58  | 0,40   | 0,00  | 0,12 | 7                      |  |
|                          |                      |       |   | Zsemle                  | 570,99   | 136,60   | 4,70  | 0,35  | 0,00  | 28,50  | 0,00  | 0,48 | 1                      |  |
|                          |                      |       |   | Újhagyma                | 40,32    | 9,65     | 0,54  | 0,03  | 0,00  | 2,19   | 0,00  | 0,02 |                        |  |
|                          |                      |       |   | Összesen:               | 5 072,18 | 1 213,33 | 42,09 |       | 15,24 | 148,89 | 9,01  | 3,84 |                        |  |
| 2019.05.03.<br>péntek    | (00499)<br>Óvoda XI. | T     |   | Hideg tej               | 504,00   | 120,57   | 6,80  | 5,60  | 3,04  | 10,60  | 0,00  | 0,22 | 7                      |  |
|                          |                      |       |   | Zöldfűszeres túrókrém   | 126,55   | 30,27    | 2,97  | 1,56  | 0,83  | 1,03   | 0,00  | 0,21 | 7                      |  |
|                          |                      |       |   | Zsemle, teljes kiőrlésű | 616,67   | 147,53   | 5,08  | 0,38  | 0,00  | 30,78  | 0,00  | 0,54 | 1                      |  |
|                          |                      |       |   | Kígyóborka              | 14,74    | 3,53     | 0,30  | 0,03  | 0,00  | 0,51   | 0,00  | 0,01 |                        |  |
|                          |                      | E     |   | Kókuszos ribizlileves   | 343,30   | 82,13    | 1,36  | 3,29  | 1,57  | 12,15  | 5,00  | 0,50 | 1,7                    |  |
|                          |                      |       |   | Sertéssült              | 451,82   | 108,09   | 12,78 | 5,81  | 1,83  | 1,03   | 0,00  | 0,62 | (12)                   |  |
|                          |                      |       |   | Zöldséges rizs          | 1 065,43 | 254,89   | 6,01  | 1,37  | 0,15  | 54,47  | 0,00  | 0,53 |                        |  |
|                          |                      |       |   | Uborkasaláta            | 167,49   | 40,07    | 0,61  | 0,05  | 0,00  | 9,25   | 7,99  | 0,21 |                        |  |
|                          |                      |       |   | Ásványvíz               | 0,00     | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00  | 0,21 |                        |  |
|                          |                      | U     |   | Gyümölcs joghurt        | 347,00   | 83,01    | 2,72  | 2,90  | 3,13  | 11,20  | 12,99 | 0,49 | 7,(1)                  |  |





|       |            |   |           |          |          |       |      |       |        |       |      |     |  |
|-------|------------|---|-----------|----------|----------|-------|------|-------|--------|-------|------|-----|--|
| 19.05 | 2019.05.01 | U | Kifli     | 570,99   | 136,60   | 4,70  | 0,35 | 0,00  | 28,50  | 0,00  | 0,00 | 1,7 |  |
|       |            |   | Összesen: | 4 207,99 | 1 006,69 | 43,33 |      | 10,55 | 159,52 | 25,98 | 3,54 |     |  |

Elérhetőség: 433-43-05  
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett  
Üzletvezető

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk "

