

























Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	(00482) Iskola 2.	Medvehagymás sajtkrém isk., Tea 7-10, Telj. kiörl. szel. kenyér, Uborka	Erdei gyümölcs tea, Telj. kiörl. szel. kenyér, Margarin, Sonka	Zala felvágott, Telj. kiörl. szel. kenyér, Citromos tea, Margarin	Tea 7-10, Telj. kiörl. szel. kenyér, Kenőmájas, TV Paprika
					
<b>Ebéd</b>	(00482) Iskola 2.	Eszterházy csirketokány 7-10, Sárgaborsó krémleves , Főtt tészta 7-10	Lebbencsleves 7-10, Burgonya főzelék 7-10, Vagdalt 7-10	Brassói aprópecsenye , Steak burgonya, Csontleves isk., Csemege uborka	Lencsegulyás , Sajtós tészta
					
<b>Uzsonna</b>	(00482) Iskola 2.	Túrós bukta	Gyümölcsjoghurt, Kifli	Tojáskrém 7-10, Telj. kiörl. szel. kenyér	Vaniliás táska
					

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	(00601) Óvoda 2.	Telj. kiörl. szel. kenyér, Medvehagymás vajkrém 4-6, Uborka, Tea 4-6	Erdei gyümölcs tea, Telj. kiörl. szel. kenyér, Margarin, Sonka	Zala felvágott, Telj. kiörl. szel. kenyér, Citromos tea, Margarin	Kenőmájás kenyér 4-6, Tea 4-6, TV Paprika
					
<b>Ebéd</b>	(00601) Óvoda 2.	Sárgaborsó krémleves, Eszterházy csirke tokány 4-6, Főtt tészta 4-6	Lebbencsleves 4-6, Burgonya főzelék 4-6, Vagdalt, egybensült óvoda	Csontleves 4-6, Brassói aprópecsenye 4-6, Steak burgonya, Csemege uborka	Lencse gulyás, Sajtos tészta
					
<b>Uzsonna</b>	(00601) Óvoda 2.	Túrós bukta	Gyümölcsjoghurt, Kifli	Telj. kiörl. szel. kenyér, Tojáskrém 4-6	Vaniliás táska
					



Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024.04.29. hétfő (00006) Nagy étlap	<b>R</b> Medvehagymás vajkrém 19-69	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00		
	Tea 19-69	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
	Telj. kiórl. szel. kenyér	21 940,80	5 249,00	200,00	16,00	6,00	1 070,00	0,00	26,26		
	Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	<b>T</b> Telj. kiórl. szel. kenyér	10 970,40	2 624,50	100,00	8,00	3,00	535,00	0,00	13,13		
	Medvehagymás vajkrém 19-69	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00		
	Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
	Tea 19-69	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
	<b>E</b> Sárgaborsó krémleves	2 532,42	605,84	35,04	5,28	0,95	103,80	0,00	5,13	 	
	Eszterházy csirketokány 19-69	542,21	129,72	11,03	7,35	1,68	5,82	1,00	1,13	   	
	Főtt tészta 19-69	1 699,90	406,67	15,00	5,91	0,90	72,90	0,00	1,60	 	
	<b>U</b> Lekváros bukta	684,83	163,83	1,81	8,77	2,34	19,20	8,72	0,32	    	
	<b>V</b> Telj. kiórl. szel. kenyér	21 940,80	5 249,00	200,00	16,00	6,00	1 070,00	0,00	26,26		
	Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		





024.04.2	(00006) Nagy étel	V	Fokhagymás felvágott	9 240,00	0,00	340,00	56,00	18,28	84,00	0,00	42,56		
			Összesen:	70 925,52	757,31	904,86		50,69	972,60	19,72	116,61		
2024.04.30. kedd	(00006) Nagy étel	R	Szalámi	433,86	0,00	5,02	9,22	3,54	0,06	0,00	0,85		
			Vaj	53,12	12,71	0,01	1,40	0,68	0,01	0,00	0,00		
			Zsemle	750,26	179,49	6,26	1,53	0,13	34,95	0,00	0,96		
			Tea isk	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
		T	Erdei gyümölcs tea	342,09	81,84	0,26	0,05	0,00	19,99	19,98	0,00		
			Telj. kiórl. szel. kenyér	10 970,40	2 624,50	100,00	8,00	3,00	535,00	0,00	13,13		
			Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Sonka	462,00	110,53	17,00	2,80	0,91	4,20	0,00	2,13		
		E	Lebbencsleves isk.	497,18	118,94	3,16	4,08	1,45	17,05	0,00	1,43		
			Burgonya főzelék isk.	1 634,98	391,14	7,54	17,60	3,47	49,50	0,00	1,50		
			Rip-rop 19-69	1 607,41	384,55	25,80	30,84	3,93	0,48	0,00	0,23		
		U	Joghurt	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
			Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41		
		V	Telj. kiórl. szel. kenyér	10 970,40	2 624,50	100,00	8,00	3,00	535,00	0,00	13,13		





2024.04.30. kedd (00006) Nagy étlap											
V	Sonka	924,00	221,06	34,00	5,60	1,82	8,40	0,00	4,26		
	Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Összesen:	30 800,01	264,66	309,96		33,54	241,96	24,98	39,03		
2024.05.01. szerda (00006) Nagy étlap											
R	Tojásrántotta	1 546,79	370,03	16,32	32,97	5,83	1,55	0,00	2,39		
	Telj. kiórl. szel. kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
	Tea 19-69	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
T	Tea isk	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
	Zsemle	750,26	179,49	6,26	1,53	0,13	34,95	0,00	0,96		
	Trappista sajt	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49		
E	Tavaszi zöldségleves	673,66	161,16	5,93	6,08	0,70	20,30	0,00	2,66		
	Párolt csirkecomb	669,80	160,24	25,11	6,25	1,57	0,69	0,00	1,66		
	Almaszószt	1 539,08	368,20	5,68	3,57	1,65	77,06	36,89	2,97		
U	Telj. kiórl. szel. kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
	Kolbász	367,67	87,96	4,65	7,62	2,88	0,09	0,00	0,84		
	Vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00		
V	Kalács	2 733,72	654,00	16,60	13,80	86,60	116,00		1,50		
								139,88			





2024.05.01. szerda (00006) Nagy étlap		2024.05.02. csütörtök (00006) Nagy étlap									
V	Vaj	265,61	63,54	0,03	7,00	3,38	0,03	0,00	0,00	0,00	
	Lekvár	120,83	28,91	0,05	0,00	0,00	7,13	6,23	0,00	0,00	
	Összesen:	11 678,14	2 793,80	107,21		110,78	375,84	193,00	16,09		
R	Tea isk	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
	Telj. kiórl. szel. kenyér	21 940,80	5 249,00	200,00	16,00	6,00	1 070,00	0,00	26,26		
	Zala felvágott	20 487,60	4 901,34	312,00	398,00	145,60	12,00	0,00	50,00		
	Margarin	1 062,43	254,17	0,08	28,00	7,60	0,16	0,00	0,40		
	T	Zala felvágott	307,31	73,52	4,68	5,97	2,18	0,18	0,00	0,75	
		Telj. kiórl. szel. kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31	
		Citromos tea	356,08	85,19	0,54	0,11	0,00	20,30	19,98	0,00	
		Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	E	Csontleves 70+	676,85	161,93	5,61	4,01	0,55	25,67	0,00	1,68	
		Brassói aprópecsenye	3 640,12	870,84	33,76	57,66	17,22	52,22	0,00	3,59	
		Steak burgonya	2 546,04	609,10	7,41	31,62	4,54	72,99	0,00	0,17	
		Csemege uborka	28,77	0,00	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Telj. kiórl. szel. kenyér	10 970,40	2 624,50	100,00	8,00	3,00	535,00	0,00	13,13	





2024.05.02. csütörtök		(00006) Nagy étlap											
U	Tojáskrém 4-6	592,63	141,78	1,17	15,01	4,05	0,32	0,00	2,21				
V	Telj. kiörl. szel. kenyér	21 940,80	5 249,00	200,00	16,00	6,00	1 070,00	0,00	26,26				
	Tojáskrém 19-69	620,25	148,38	1,71	15,49	4,18	0,35	0,00	2,22				
	Összesen:	86 892,46	20 780,81	877,57		205,02	2 919,23	24,98	129,38				
<hr/>													
2024.05.03. péntek		(00006) Nagy étlap											
R	Bundás kenyér isk.	2 250,32	538,35	15,40	28,80	4,18	53,74	0,00	2,44				
	Tea isk	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00				
T	Kenőmájas kenyér isk.	9 040,16	2 162,72	83,18	11,94	4,93	428,06	0,00	11,05				
	Tea isk	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00				
	TV Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
E	Lencsegulyás	2 093,91	500,94	30,36	23,67	6,77	41,00	0,00	3,75				
	Sajtos tészta	3 981,12	952,42	26,08	61,05	13,05	73,54	0,00	6,51				
U	Vaniliás táska	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
V	Telj. kiörl. szel. kenyér	21 940,80	5 249,00	200,00	16,00	6,00	1 070,00	0,00	26,26				
	Löncshús	1 097,04	262,45	13,80	22,00	8,14	2,00	0,00	2,80				
	Összesen:	40 607,97	9 714,84	369,60		43,07	1 679,26	10,00	52,81				
<hr/>													
2024.05.04. szombat		(00006) Nagy étlap											
R	Fatörzs kifli	1 437,92	344,00	9,40	6,60	3,30	62,00	9,16	0,80				
	Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				





2024.05.04. szombat	(00006) Nagy étlap	R	Kakaó	996,54	238,41	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40		
		E	Töklevés 19-69	706,60	169,04	3,26	10,74	2,82	14,50	0,00	3,79		
			Csülök Pékné módra 19-69	4 318,45	377,60	42,08	58,83	20,78	81,08	0,00	3,27		
		V	Telj. kiórl. szel. kenyér	21 940,80	5 249,00	200,00	16,00	6,00	1 070,00	0,00	26,26		
			Tepertőkrém	44,20	10,57	0,16	1,10	0,41	0,00	0,00	0,01		
			Összesen:	29 975,73	6 515,71	265,88		40,06	1 263,96	29,14	34,73		
2024.05.05. vasárnap	(00006) Nagy étlap	R	Telj. kiórl. szel. kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
			Tea 19-69	94,12	22,52	0,27	0,05	0,00	5,16	5,00	0,00		
			Paprikás szalámi	103 278,00	0,00	980,00	2290,00	805,00	15,00	0,00	200,00		
		E	Húsgombóc leves	1 378,62	329,81	15,93	14,47	3,26	33,44	0,00	8,97		
			Párolt rizs 19-69	2 149,41	514,21	8,00	18,86	2,17	77,50	0,00	1,00		
			Frankfurti sertés tokány	1 217,55	291,28	13,50	24,89	7,39	2,94	0,00	2,62		
		V	Kifli	913,58	218,56	7,52	0,56	0,20	45,60	0,00	0,82		
			Gyümölcsjoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
			Összesen:	110 822,64	1 804,94	1 040,81		821,45	255,59	17,99	215,21		

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk!

