



## Tételes étlap 2019.03.25. - 2019.03.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2019.03.25. hétfő	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Gyümölcs tea	171,70	41,08	0,01	0,00	0,00	10,14	9,99	0,00		
		Vajkrém natur	476,28	113,94	0,75	12,00	5,80	0,60	0,00	0,00	7	
		Félbarna kenyér	864,86	206,91	7,84	0,80	0,00	41,84	0,00	1,60	1,(6),(7)	
		E Sajtkrémleves	778,70	186,29	4,38	16,24	8,25	5,55	0,04	0,69	1,3,7	
		Temesvári tokány	1 229,76	294,20	11,76	21,56	5,32	12,85	0,00	0,10	1	
		Párolt rizs	1 241,99	297,13	4,95	9,54	1,11	47,59	0,02	0,50		
		U Kamilla tea	171,67	41,07	0,01	0,00	0,00	10,14	9,99	0,00		
		Zsemle	750,26	179,49	6,26	1,53	0,00	34,95	0,00	0,96	1,3,7,11	
		Csirkemell sonka Göcseji	163,04	39,01	6,66	0,42	0,16	2,10	0,00	0,15	(1),(6),(7)	
		Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		Összesen:	5 866,53	1 403,49	42,98		20,64	166,42	20,04	4,04		
2019.03.26. kedd	(00481) Gyermek (4-6 év)	T Kakaó	793,68	189,88	7,54	3,87	2,14	31,00	19,98	0,27	7,(1)	
		Kalács foszlós	1 348,12	322,52	9,43	8,41	3,46	51,89	5,60	0,83	1,3,7	
		E Rizsleves	858,44	205,37	4,47	1,83	0,45	41,88	0,04	2,05	(7)	
		Paprikásburg virslivel	1 851,47	442,94	13,77	21,90	5,71	46,38	0,00	1,73	1,(6),(7),(10)	
		Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,00		
		U Citromos tea	170,95	40,90	0,01	0,00	0,00	10,11	9,99	0,00		
		Kifli	502,47	120,21	4,14	0,31	0,00	25,08	0,00	0,00	1,7	
		Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
		Párizsi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	(1),(6),(7),(10)	
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
		Összesen:	6 466,49	1 547,03	43,89		17,64	213,64	38,81	5,77		



# Algyői Szivárvány Óvoda

2019.03.27. szerda	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcs tea	171,70	41,08	0,01	0,00	0,00	10,14	9,99	0,00		
			Soproni felvágott	419,83	100,44	4,11	9,24	3,44	0,09	0,00	0,00	(1),(6),(7)	
			Zsemle rozsos	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,85	1	
			Uborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Burgonya gombóc leves	1 020,49	244,14	7,25	5,22	0,62	41,20	0,05	1,28		
			Rántott pulykamell	1 061,94	254,05	16,34	12,51	2,77	18,75	0,00	2,40	1,3	
			Finomfőzelék	1 137,87	272,22	9,65	11,23	1,89	32,62	5,00	2,74	1,7	
		U	Citromos tea	170,95	40,90	0,01	0,00	0,00	10,11	9,99	0,00		
			Trapista sajt	777,21	185,94	13,85	14,05	8,93	0,80	0,00	1,21	7,(1)	
			Kifli Sós	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
	Összesen:	5 962,39	1 426,43	61,30		17,78	173,50	25,03	9,00				
2019.03.28. csütörtök	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Gyümölcs tea	171,70	41,08	0,01	0,00	0,00	10,14	9,99	0,00		
			Fehérkenyér	877,63	209,96	8,00	0,64	0,00	42,80	0,00	1,62	1,(7)	
			Kőrözött túró	317,00	75,84	4,44	5,47	2,20	2,12	0,00	0,35	7	
		E	Gombaleves	1 220,48	291,98	9,51	8,73	1,50	43,40	0,01	1,80	1,3,7,9	
			Tejszínes-kapros harcsa ragu	834,99	199,76	10,75	15,05	3,58	5,08	0,00	0,17	1,4,7	
			Bulgur	963,85	230,59	7,37	3,58	0,46	45,52	0,00	0,22	1	
		U	Gyümölcs tea	171,70	41,08	0,01	0,00	0,00	10,14	9,99	0,00		
			Kifli korpás	526,81	126,03	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1	
			Diákcsemege	554,65	132,69	5,25	12,30	4,72	0,09	0,00	0,00	(1),(6),(7)	
			Összesen:	5 638,81	1 349,01	50,68		12,53	183,57	19,99	4,72		
2019.03.29. péntek	(00481) Gyermekek (4-6 év)	T	Citromos tea	170,95	40,90	0,01	0,00	0,00	10,11	9,99	0,00		
			Zala felvágott	307,31	73,52	4,68	5,97	2,18	0,18	0,00	0,75	(1),(6),(7)	
			Zsemle magvas	839,66	0,00	5,73	5,64	0,22	31,67	2,91	0,83		
			Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Májgaluska leves	836,58	200,14	9,60	3,90	1,36	31,45	0,04	2,44	1,3,9,(7)	
			Sajtos makaróni (spagetti) isk	1 632,37	390,52	15,68	18,16	7,70	40,61	0,00	3,34	1,3,7	
			Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		



## Algyői Szivárvány Óvoda

019.03.2	- számla (00481)	U	Poharas tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7		
			Búrkifli Diós	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Összesen:	4 655,93	912,99	44,16		13,09	149,72	12,94	7,69			

Élelmezési vezet

Konyha és Szálló vezet

