



Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 29. hétfő (00090) Savio Iskola 7-10év	T Gyümölcs joghurt db.	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
	Kifli 100g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76		
	E Burgonyaleves magyaros*7-10év	1 189,92	284,67	6,10	9,81	1,16	39,02	0,00	1,95		
	Rántott sajt *7-10év	3 581,07	570,87	25,77	69,70	17,93	30,56	0,00	6,97		
	Párolt rizsköret 7-10év	1 417,45	339,10	6,49	6,75	0,79	62,51	0,00	1,88		
	Tartármártás*7-10év	1 317,04	315,08	1,27	32,16	5,61	4,76	3,00	1,59		
	U Reggeli margarin	796,82	0,00	0,06	21,00	5,70	0,12	0,00	0,30		
	Trappista sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
	Zsemle 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Jégcsapretek *	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07		
	Összesen:	10 030,35	1 923,13	59,86	156,29	41,17	181,45	15,99	14,74		
2024. 04. 30. kedd (00090) Savio Iskola 7-10év	T Kolbászos batyu gyerek 7-10év	1 245,30	0,00	12,65	8,26	3,12	42,89	0,00	1,89		
	Üdítő 1 literes *	352,80	84,40	0,00	0,00	0,00	21,00	21,00	0,02		
	E Nyírségi húsgombócleves 7-10év	1 457,02	348,57	24,34	22,84	6,11	10,81	0,00	2,70		
	Káposztás kocka 7-10év	2 183,41	236,59	12,41	20,07	2,23	72,01	5,00	3,08		
	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		





2024. 04. 30. kedd (00090) Savio Iskola 7-10év		U	Vaj (100 g.) *	60,78	14,54	0,01	1,60	0,77	0,01	0,00	0,00		
			Méz kg-os *	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		
			Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Összesen:	6 672,46	1 012,61	61,69	56,57	14,01	207,27	42,20	8,98		
2024. 05. 02. csütörtök (00090) Savio Iskola 7-10év		T	Pudingos rácsos péksüti 7-10év	1 389,34	287,10	9,09	1,01	0,43	71,78	29,13	1,43		
			Üdítő 2 dl*	3,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,08		
		E	Karalábéleves (mir)*7-10év	677,20	162,01	5,44	5,85	0,73	21,42	0,00	2,16		
			Sült csirkecomb 7-10év	1 410,59	337,46	46,09	16,11	3,42	1,61	0,00	2,98		
			Burgonyapüré 7-10év	1 426,85	214,27	6,74	15,15	4,25	39,53	0,00	1,76		
			Befőtt Kf.*	180,55	43,19	0,15	0,15	0,00	10,10	7,30	0,00		
		U	Jégcsapretek *	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07		
			Kockasajt 8 db-os *	31,48	0,00	0,42	0,63	0,37	0,05	0,00	0,07		
			Barna kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	5 149,82	1 051,31	68,53	38,95	9,20	145,79	36,43	8,55		





2024. 05. 03. péntek (00090) Savio Iskola 7-10év	<b>T</b>	Tej poharas 2 dl	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Sajtos rúd saját 7-10év	2 372,73	496,18	12,28	41,37	12,93	35,87	0,00	2,11		
	<b>E</b>	Húsleves *7-10év	543,62	28,28	5,78	2,63	0,21	20,27	0,00	2,94		
		Almamártás mir.*7-10év	1 066,80	255,21	5,90	4,63	2,34	46,46	9,99	1,01		
		Párolt szelet *7-10év	1 354,59	324,07	17,61	27,65	8,94	0,81	0,00	2,63		
		Keksz tekercs* 7-10év	1 457,51	344,91	6,10	6,83	3,44	65,27	32,63	0,55		
	<b>U</b>	Vaníliás csiga saját 7-10év	2 690,30	611,49	6,87	35,50	9,75	73,39	37,96	1,49		
		Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		<b>Összesen:</b>	<b>10 036,68</b>	<b>2 191,99</b>	<b>61,74</b>	<b>122,01</b>	<b>39,24</b>	<b>259,67</b>	<b>80,58</b>	<b>11,01</b>		

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

