



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 (00088) Savio. Iskola 11-14év	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*11-14év	1 189,92	284,67	6,10	9,81	1,16	39,02	0,00	1,95		
	Rántott sajt *11-14év	3 879,77	570,87	30,76	75,19	21,00	31,01	0,00	2,47		
	Párolt rizsköret 11-14év	1 712,40	409,66	8,13	6,82	0,80	78,10	0,00	2,28		
	Tartármártás*11-14év	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:	10 624,00	1 993,69	66,49	161,85	44,25	197,49	15,99	10,64		
2024. 04. 30. kedd (00088) Savio. Iskola 11-14év	T Kolbászos batyu gyerek 11-14év	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 11-14é	1 457,02	348,57	24,34	22,84	6,11	10,81	0,00	2,70		
	Káposztás kocka 11-14év	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															
(00088) Savio. Iskola 11-14év															
U	Vaj (100 g.) *	60,78	14,54	0,01	1,60	0,77	0,01	0,00	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	(00088) Savio. Iskola 11-14év	T	Pudingos rácsos péksüti 11-14	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 11-14év	677,20	162,01	5,44	5,85	0,73	21,42	0,00	2,16				
			Sült csirkecomb 11-14év	1 410,59	337,46	46,09	16,11	3,42	1,61	0,00	2,98				
			Burgonyapüré 11-14év	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 (00088) Savio. Iskola 11-14év	T	Sajtos rúd saját 11-14év	2 372,73	496,18	12,28	41,37	12,93	35,87	0,00	2,11		
		Tej poharas 2 dl	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	E	Húsleves *11-14év	1 199,09	28,28	12,58	4,63	0,57	47,99	0,00	3,22		
		Almamártás mir.*11-14év	1 066,80	255,21	5,90	4,63	2,34	46,46	9,99	1,01		
		Párolt szelet *11-14év	1 354,59	324,07	17,61	27,65	8,94	0,81	0,00	2,63		
		Keksz tekercs* 11-14év	1 457,51	344,91	6,10	6,83	3,44	65,27	32,63	0,55		
	U	Vaníliás csiga saját 11-14év	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		
		Összesen:	10 692,15	2 191,99	68,54	124,01	39,60	287,39	80,58	11,29		

Fodor Mihály  
.....

Élelmezési  
osztályvezető

Szabó Orsolya  
.....

Vezető

Nagy Mónika  
.....

Gazdaságvezető  
dietetikus

