

Tételes étlap 2018.12.03. - 2018.12.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2018.12.03. hétfő (00467) Iskolás gyermek (Bárczi)	R Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Tojásrántotta	587,03	140,43	10,80	10,52	2,58	0,48	0,00	0,77	3	
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
	T Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
	Vajkrém,	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,90	1	
	E Túrós metélt	1 832,38	438,37	16,31	14,82	4,83	59,74	0,00	2,47	1,7	
	Húsgaluska leves	646,73	154,72	8,07	9,24	2,91	9,76	0,00	0,58	1,3,9	
	U Csokis croissant	1 249,00	298,80	6,80	6,30	1,30	52,00	12,00	0,10	1,3,7	
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	V Pusztapörkölt	1 833,34	438,60	19,70	19,82	6,89	44,00	0,44	0,36	(9),(12)	
	Csemege uborka	43,68	10,45	0,48	0,08	0,00	2,08	0,38	1,92	10,(12)	
	Fehér kenyér	1 316,45	314,94	12,00	0,96	0,00	64,20	0,00	2,42	1,(6)	
	Összesen:	10 005,81	2 393,72	92,55		25,44	327,53	27,81	10,40		

2018.12.04.
kedd

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Tej	756,00	180,86	10,20	8,40	4,56	15,90	0,00	0,34	7	
	Csokis gabonagolyó	333,06	79,30	1,40	0,90	0,00	16,80	0,66	0,00	1,7,(5),(6),(8)	
T	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Zöldséges felvágott	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	(1),(6),(7),(9),(10)	
	Falusi margarin	309,32	74,00	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06		
	Fehér kenyér	548,52	131,23	5,00	0,40	0,00	26,75	0,00	1,01	1,(6)	
E	Tavaszi zöldségleves	434,06	103,84	3,95	2,24	0,21	16,97	0,00	2,10	1,9,(12)	
	Lencsefőzelék	1 420,36	339,80	18,40	7,01	1,33	44,60	0,00	0,26	1,7,10,(12)	
	Sertéspörkölt	978,40	234,07	13,14	17,76	6,06	5,08	0,44	0,62	1,(9),(12)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	445,87	106,67	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,60	1	
U	Trappista sajt	233,16	55,78	4,16	4,22	2,68	0,24	0,00	0,18	7	
	Falusi margarin	309,32	74,00	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
V	Hamburger	2 307,70	552,08	30,36	15,54	5,08	72,01	1,40	5,62	1,3,10,(7),(12)	
	Összesen:	8 997,63	152,17 ²	97,18		23,10	259,00	17,49	11,94		

2018.12.05.
szerda

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Kenőmájás	207,48	49,40	2,56	4,28	1,70	0,16	0,00	0,26	(6),(7),(10)	
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
T	Kakaó	781,90	187,06	7,17	6,03	3,29	25,80	14,99	0,23	7,(1)	
	Finom fonott kalács	1 685,15	403,15	11,79	10,52	4,33	64,86	6,99	1,04	1,3,6,7	
E	Csontleves fm.	306,15	73,24	2,78	1,78	0,11	11,69	0,00	0,60	1,9	
	Pulyka aprópecsenye	757,19	181,15	14,83	12,26	2,79	2,68	0,44	0,62	(9),(12)	
	Párolt zöldség	231,00	55,26	2,66	0,80	0,08	9,23	0,00	1,21	(12)	
	Bazsalikomos jogh. öntet	190,78	45,64	2,33	2,47	1,37	3,65	0,00	0,21	7	
	Párolt rizs	683,05	163,41	3,20	2,88	0,32	31,00	0,00	0,99		
U	Zala felvágott	210,42	50,10	4,65	3,15	1,32	0,75	0,00	0,63		
	Falusi margarin	309,32	74,00	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06		
	Kígyóuborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	Teljes kiőrlésű kenyér	334,40	80,00	3,03	0,30	0,00	16,20	0,00	0,45	1	
V	Húsos paradicsomos káposzta	1 644,21	393,24	18,59	17,93	6,01	38,33	9,99	0,43	1,(12)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	1 337,62	320,00	12,12	1,20	0,00	64,80	0,00	1,80	1	
	Összesen:	9 412,45	251,20	89,80		22,22	307,77	47,40	9,17		

2018.12.06.
csütörtök

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00			
	Csirkemell sonka	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,22	(1),(6),(7)		
	Margarin	773,30	185,00	0,00	5,00	1,34	0,00	0,00	0,12			
	Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6		
	T	Teljes kiőrlésű zsemle	399,00	95,00	3,20	0,36	0,00	20,16	0,00	0,65	1	
		Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
		Zöldhagymás tojáskrém	389,59	93,20	5,53	5,50	1,41	0,94	0,00	0,67	3,10,(12)	
	E	Cukkini krémleves	304,87	72,94	2,42	3,27	1,11	10,12	0,00	0,52	1,7	
		Levesgyöngy	336,00	80,00	1,67	2,80	0,93	11,40	0,00	0,21	1,3,(6),(7)	
		Hentes sertés szelet	956,97	228,93	17,64	13,74	3,50	8,39	0,27	1,30	1,10,(6),(7),(9), (12)	
		Főtt burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,32		
	U	Briós	572,72	137,01	3,61	3,22	1,32	23,24	5,54	0,32	1,3,7,(6)	
		Mandarin	137,19	32,82	0,49	0,21	0,00	6,86	0,00	0,00		
	V	Gyümölcsös tejberizs	1 577,07	377,29	11,88	8,56	4,20	62,53	14,91	0,80	7,(12),(15)	
		Összesen:	7 578,72	812,23	66,71		17,01	234,35	35,71	5,98		

2018.12.07.
péntek

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Tejbedara	1 237,65	296,09	11,32	8,70	4,18	42,77	7,49	0,30	1,7	
	Kakaószórat	160,41	38,38	0,37	0,43	0,26	8,20	7,99	0,00	(1)	
T	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Baromfipárizsi	264,35	63,24	4,42	4,67	1,22	0,82	0,00	0,30	(1),(6),(10)	
	Margarin	265,61	63,54	0,02	2,00	0,60	0,04	0,00	0,10	(7)	
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,90	1	
E	Karfiollevés	365,76	87,50	2,14	4,89	0,52	8,76	0,00	1,54	1	
	Csirkepaprikás	1 008,06	241,16	18,84	14,07	3,09	9,40	0,04	1,67	1,7,(9),(12)	
	Galuska köret	1 258,04	300,96	12,42	2,70	0,42	56,39	0,00	0,54	1,3	
U	Joghurt poharas gyümölcsös	347,00	83,01	2,72	2,90	3,13	11,20	12,99	0,49	7,(1)	
	Tejes kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,7,(6)	
V	Zsemle	1 370,37	327,84	11,28	0,84	0,00	68,40	0,00	1,89	1,6	
	Turista felvágott	866,70	207,34	7,20	19,80	0,00	0,14	0,00	1,71		
	Margarin	1 159,95	277,50	0,00	7,50	2,01	0,00	0,00	0,18		
	Kígyóuborka	22,11	5,29	0,45	0,05	0,00	0,77	0,00	0,01		
	Összesen:	9 732,17	328,25	81,23		15,44	278,20	43,50	10,26		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietaikus

.....
Gazdaságvezet

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tételes étlap 2018.12.10. - 2018.12.16.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2018.12.10. hétfő (00467) Iskolás gyermek (Bárczi)	R Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00			
	Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7)		
	Margarin	773,30	185,00	0,00	5,00	1,34	0,00	0,00	0,12			
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6		
	T Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7		
	Molnárka	605,00	144,74	4,70	1,15	0,00	27,90	0,00	0,00			
	Margarin	265,61	63,54	0,02	2,00	0,60	0,04	0,00	0,10	(7)		
	E Daragaluskaleves	490,38	117,32	3,21	3,45	0,41	18,33	0,00	2,07	1,3,9		
	Kukoricafőzelék	1 002,61	239,86	7,41	5,63	1,76	39,62	4,00	0,24	1,7		
	Tojásropogós	1 294,20	309,61	12,49	14,48	4,46	31,95	0,00	1,38	1,3,7,(6)		
	Teljes kiőrlésű kenyér	445,87	106,67	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,60	1		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	U Kenőmájás	311,22	74,10	3,84	6,42	2,55	0,24	0,00	0,39	(6),(7),(10)		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
	Fehér kenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,00	21,40	0,00	0,81	1,(6)		
	V Hot-dog	1 622,38	388,13	18,95	23,28	9,15	25,25	1,40	2,11	1,3,7,10,(12)		
		Összesen:	9 013,32	2 155,94	73,15		25,61	247,30	20,39	8,69		

2018.12.11.
kedd

(00467)

Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
	Kakaós kifli foszlós	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	1,7	
T	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Zöldséges halkrém (házi)	427,45	102,26	0,52	10,87	2,95	0,44	0,00	0,67	4,(1),(6),(7),(12)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,90	1	
E	Gyümölcskrém leves	1 299,07	310,78	2,95	2,62	1,23	68,86	8,99	0,01	1,7	
	Kukoricapehely (corn flakes)	155,40	37,18	0,69	0,15	0,44	8,24	0,00	0,00	1	
	Csirkemáj rizottó	1 658,95	396,88	26,20	7,68	1,89	55,18	0,00	1,34	(12)	
	Káposzta saláta (házi)	223,91	53,57	1,04	0,13	0,00	11,86	7,99	0,30		
U	Sajtos croissant	733,29	175,43	5,62	12,71	4,84	9,44	0,00	0,66	1,6,7,(3)	
	Kiwi	178,19	42,63	0,70	0,42	0,00	7,91	0,00	0,01		
V	Túrós guba	1 975,91	472,70	20,77	8,26	4,18	78,18	21,48	1,45	1,7,(6),(12)	
	Összesen:	8 087,23	934,74	71,38		18,57	298,42	53,45	5,76		

2018.12.12.
szerda

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00	
	Körözött	192,57	46,07	4,31	2,38	1,26	1,75	0,00	0,01	7
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6
T	Tejeskávé	641,04	153,36	6,82	5,60	3,04	18,74	7,99	0,23	7,(1)
	Foszlós kalács	1 011,09	241,89	7,07	6,31	2,60	38,91	4,20	0,63	1,3,6,7
E	Karalábéleves	300,72	71,94	2,69	1,17	0,11	12,87	0,00	0,61	1,9
	Sajtmártás	899,03	215,08	8,54	13,54	5,48	14,46	0,00	1,77	1,7
	Csirke apróhús	605,78	144,92	15,04	8,30	1,42	2,35	0,22	1,64	(9),(12)
	Főtt burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,32	
U	Baromfipárizsi	176,23	42,16	2,94	3,11	0,81	0,54	0,00	0,20	(1),(6),(10)
	Margarin	265,61	63,54	0,02	2,00	0,60	0,04	0,00	0,10	(7)
	Jégcsapretek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
	Teljes kiórlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,90	1
V	Rántott halfilé	2 119,42	507,04	7,92	33,49	3,69	43,15	0,00	0,90	1,3,4
	Burgonyasaláta	1 177,37	281,67	6,49	0,52	0,06	61,42	9,99	0,52	
	Összesen:	9 572,78	2 290,13	76,93			19,12	305,18	37,39	8,49

2018.12.13.
csütörtök

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Tej	756,00	180,86	10,20	8,40	4,56	15,90	0,00	0,34	7	
	Sonka felvágott	264,00	63,16	7,20	3,60	0,00	0,12	0,00	1,00	(1),(6),(7)	
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Teljes kiőrlésű zsemle	798,00	190,00	6,40	0,72	0,00	40,32	0,00	1,30	1	
T	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
	Margarin	265,61	63,54	0,02	2,00	0,60	0,04	0,00	0,10	(7)	
	Méz	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,90	1	
E	Húsleves	284,01	67,95	2,00	2,07	0,21	10,33	0,00	1,54	1,9	
	Vadasmártás	582,79	139,42	2,83	6,52	1,64	17,16	5,00	1,10	1,7,10,(12)	
	Főtt hús	465,99	111,48	14,70	5,67	2,02	0,28	0,00	0,15		
	Spagetti	1 274,91	305,00	9,36	3,80	0,30	58,00	0,00	0,99	1	
	Kiwi	178,19	42,63	0,70	0,42	0,00	7,91	0,00	0,01		
U	Vajkrém,	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
	Póréhagyma	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,00		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
V	Zselici aprópecsenye	1 074,85	257,13	12,70	20,30	6,12	5,56	0,44	0,66	1,(9),(12)	
	Párolt rizs	1 304,70	312,13	7,20	0,32	0,05	69,75	0,00	0,31		
	Csemege uborka	43,68	10,45	0,48	0,08	0,00	2,08	0,38	1,92	10,(12)	
	Összesen:	9 440,19	257,50	91,87		22,41	304,21	13,92	11,17		

2018.12.14.
péntek

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Főtt tojás	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28	3	
	Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
	Kígyóborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	Teljes kiőrlésű zsemle	798,00	190,00	6,40	0,72	0,00	40,32	0,00	1,30	1	
T	Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
	Húskrém (házi)	474,77	113,58	1,47	4,06	1,08	0,27	0,00	0,16	(1),(6),(10)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	557,34	133,34	5,05	0,50	0,00	27,00	0,00	0,75	1	
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
E	Székelykáposzta	1 046,53	250,36	13,32	16,95	6,09	10,73	0,35	1,49	1,7,(9),(12)	
	Vajas pogácsa (házas 2 db)	1 730,72	414,05	15,89	6,99	1,97	71,74	0,00	1,08	1,3,7	
	Fehér kenyér	548,52	131,23	5,00	0,40	0,00	26,75	0,00	1,01	1,(6)	
U	Sajtos fonott kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,41	1,7	
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
V	Kolbászos paprikásburg.	1 883,38	450,57	18,25	17,56	6,21	53,38	0,44	2,07	(1),(6),(7),(9),(12)	
	Vitamin saláta	215,32	51,51	1,48	0,22	0,01	10,64	5,00	0,25		
	Fehér kenyér	1 316,45	314,94	12,00	0,96	0,00	64,20	0,00	2,42	1,(6)	
	Összesen:	11 133,76	2 662,66	101,49		24,69	366,28	20,78	11,67		

2018.12.15.
szombat

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Bundás kenyér	1 642,66	392,97	14,78	22,04	3,66	33,52	0,00	1,44	1,3,7,(6)	
T	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Csülöksonka	307,61	73,59	3,44	6,60	2,63	0,02	0,00	1,02	(1),(6),(7)	
	Margarin	773,30	185,00	0,00	5,00	1,34	0,00	0,00	0,12		
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
	E	Gombaleves	414,07	99,06	4,47	2,20	0,22	15,33	0,18	0,36	1,(9),(12)
B	Bácskai rizseshús	2 122,90	507,87	18,70	21,70	6,50	58,82	0,66	1,62	(9),(12)	
	Csemege uborka	38,22	9,14	0,42	0,07	0,00	1,82	0,33	1,68	10,(12)	
	U	Kockasajt	147,00	35,00	0,90	2,80	1,00	0,90	0,00	0,46	7
V	Teljes kiőrlésű stangli	842,88	201,64	8,54	1,24	0,12	38,84	0,00	0,88	1,6,(3)	
	Zsemle	1 370,37	327,84	11,28	0,84	0,00	68,40	0,00	1,89	1,6	
	Májkrém	858,69	205,43	4,50	20,00	0,00	0,15	0,00	1,35	6,(1),(7)	
	Minidzsem	218,40	52,25	0,08	0,00	0,00	12,56	0,00	0,00		
	Minimargarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
Összesen:		10 025,88	2 398,35	71,51			17,38	285,52	31,15	11,55	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tételes étlap 2018.12.17. - 2018.12.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2018.12.17. hétfő (00467) Iskolás gyermek (Bárczi)	R Tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7	
	Magyaros vajkrém	298,00	71,29	0,50	7,40	0,00	1,04	0,00	0,00	7	
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
	T Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Zöldf. májas szendvicskrém	737,70	176,31	1,96	6,96	2,28	0,20	0,00	0,29	(6),(7),(10)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	891,74	213,34	8,08	0,80	0,00	43,20	0,00	1,20	1	
	E Fejtett bableves	639,76	153,05	7,81	2,70	0,36	23,76	0,00	0,56	1,3	
	Gránátos kocka	1 451,30	347,20	11,01	7,65	0,82	57,91	0,00	0,40	1	
	Vitamin saláta	201,92	48,31	1,32	0,20	0,01	10,07	5,00	0,35		
	U Kefir	403,20	96,46	4,95	3,50	0,54	7,50	0,00	0,00	7	
	Tejes kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,7,(6)	
	V Rántott csirkemell	1 108,46	265,18	25,31	5,12	0,74	29,18	0,00	0,83	1,3	
	Francia saláta	864,83	206,90	3,75	10,56	3,66	22,60	2,99	2,69	3,7,10,(1),(12)	
		Összesen:	8 295,05	1 984,29	79,24		11,46	267,77	22,98	7,80	

2018.12.18.
kedd

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Főtt virsli	1 260,14	301,47	16,25	26,00	9,96	0,26	0,00	1,95		
	Mustár	212,18	50,76	1,71	1,92	0,00	6,60	0,00	0,57	10,(12)	
	Fehér kenyér	658,22	157,47	6,00	0,48	0,00	32,10	0,00	1,21	1,(6)	
T	Banános zabkása	939,99	224,88	8,31	4,89	1,93	36,48	1,00	0,16	1,7	
E	Brokkolileves	469,02	112,21	2,86	5,85	0,62	12,01	0,00	1,54	1	
	Lecsós csirkeragu	831,22	198,86	18,64	10,25	2,06	7,81	2,20	0,48	1,(9),(12)	
	Párolt rizs	1 192,84	285,37	6,40	1,16	0,14	62,00	0,00	0,50		
U	Zöldséges felvágott	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	(1),(6),(7),(9), (10)	
	Falusi margarin	618,64	148,00	0,00	4,00	1,80	0,00	0,00	0,12		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,90	1	
V	Tojással töltött fasírozott	1 282,70	306,87	15,96	18,40	5,81	18,97	0,00	1,25	1,3,(6)	
	Hagymás törtburgonya	1 082,77	259,03	6,49	2,36	0,26	51,66	0,00	0,52		
	Összesen:	9 770,72	337,50	92,64		24,64	276,56	18,19	9,88		

2018.12.19.
szerda

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Baromfipárizsi	176,23	42,16	2,94	3,11	0,81	0,54	0,00	0,20	(1),(6),(10)	
	Margarin	773,30	185,00	0,00	5,00	1,34	0,00	0,00	0,12		
	Fehér kenyér	658,22	157,47	6,00	0,48	0,00	32,10	0,00	1,21	1,(6)	
T	Karácsonyi tejital	783,42	187,42	7,17	6,04	3,29	25,87	14,99	0,23	7,(1)	
	Finom fonott kalács	1 348,12	322,52	9,43	8,41	3,46	51,89	5,60	0,83	1,3,6,7	
E	Tojásleves	291,41	69,71	3,10	2,30	0,41	9,09	0,00	0,33	1,3	
	Zöldborsófőzelék	595,33	142,42	6,83	3,28	1,17	21,16	0,00	0,80	1,7,(12)	
	Vagdalt	1 141,76	273,15	12,53	16,39	4,78	18,56	0,00	0,80	1,3,(6)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	445,87	106,67	4,04	0,40	0,00	21,60	0,00	0,60	1	
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
U	Sajtkrém	158,13	37,83	0,55	3,85	2,29	0,20	0,00	0,06	7	
	Kígyóuborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6	
V	Gyümölcsmártás	1 212,15	289,99	2,91	5,00	2,10	58,15	11,99	0,04	1,7	
	Főtt hús	465,99	111,48	14,70	5,67	2,02	0,28	0,00	0,15		
	Piritott dara	606,19	145,02	3,76	1,32	0,10	29,36	0,00	0,20	1	
	Összesen:	9 608,02	2 298,57	78,65			21,77	317,92	47,57	6,23	

2018.12.20.
csütörtök

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Tej	756,00	180,86	10,20	8,40	4,56	15,90	0,00	0,34	7		
	Sonkás omlett	995,10	238,05	15,86	17,41	3,97	4,22	0,00	1,43	1,3,7		
	Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,6		
	T	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
		Falusi margarin	309,32	74,00	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06		
		Tojáskarika	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05	3	
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	557,34	133,34	5,05	0,50	0,00	27,00	0,00	0,75	1	
	E	Csontleves fm.	306,15	73,24	2,78	1,78	0,11	11,69	0,00	0,60	1,9	
		Rántott halfilé	964,76	230,80	5,55	10,30	1,19	28,78	0,00	0,71	1,3,4	
		Majonézes burgonyasaláta	1 377,88	329,64	6,01	11,98	3,97	47,03	3,77	2,08	3,7,10,(1),(12)	
	U	Áfonyadzsem	53,40	12,78	0,19	0,05	0,00	2,74	0,00	0,01	(1),(15)	
		Margarin	265,61	63,54	0,02	2,00	0,60	0,04	0,00	0,10	(7)	
		Fehér kenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,00	21,40	0,00	0,81	1,(6)	
	V	Szilvás gombóc	2 401,46	574,51	13,30	8,08	1,25	110,58	1,70	1,96	1,3,7	
		Összesen:	9 274,64	218,80	68,88		16,98	309,23	20,46	9,53		

2018.12.21.
péntek

(00467)
Iskolás gyermek (Bárczi)

R	Joghurt poharas gyümölcsös	347,00	83,01	2,72	2,90	3,13	11,20	12,99	0,49	7,(1)	
	Tejes kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1,7,(6)	
T	Citromos tea	262,25	62,74	0,03	0,02	0,00	15,31	14,99	0,00		
	Vaníliás krémtúró	661,15	158,17	6,79	4,00	2,14	23,46	20,98	0,02	7,(12)	
	Teljes kiőrlésű zsemle	399,00	95,00	3,20	0,36	0,00	20,16	0,00	0,65	1	
E	Lencsegulyás	1 592,31	380,94	17,28	19,32	4,25	31,34	0,22	2,19	1,3,10,(9),(12)	
	Piskóta	527,70	126,24	3,13	1,11	0,25	25,78	14,99	0,18	1,3	
	Csokiöntet	712,20	170,38	3,63	2,99	1,60	32,07	24,77	0,47	1,7	
U	Pizzás rúd	621,90	148,78	2,33	10,29	2,72	11,54	0,00	0,91	1,6,(7)	
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
V	Zsemle	1 370,37	327,84	11,28	0,84	0,00	68,40	0,00	1,89	1,6	
	Májkrem	858,69	205,43	4,50	20,00	0,00	0,15	0,00	1,35	6,(1),(7)	
	Minimargarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,02	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	Összesen:	8 632,70	2 064,78	59,95		15,99	292,10	105,14	8,89		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietaikus

.....
Gazdaságvezet

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!