

Napköziotthonos Óvoda - Milota,

Fk.szám: 621

Konyha

Kalória tartalom

Na tartalomból számított Sótartalmat kell beírni !!!!!

2015.09.01

1. Oldal

Cikkszám	Megnevezés	Mért.e.	Kcal(g)	Feh.(g)	Zsir(g)	Szénh.(g)	Kolesz.(g)	Só(g)	Telített zsírsav(g)	Kalcium(mg)
01	Hús(baromfi ,sertés ,marha									
00046	CSIRKE COMB FILE	kg	1360	209	52	5	740	1,25	13,10	50,00
00047	CSIRKEMELL FILE	kg	1120	247	10	5	600	1,25	2,50	50,00
00052	CSIRKE COMB	kg	1360	209	52	5	740	1,25	13,10	50,00
00053	CSIRKEMELL	kg	1120	247	10	5	600	1,25	3,10	50,00
00055	PULKAMELL	kg	1390	259	34	4	600	1,25	3,10	50,00
00146	MARHAHUS	kg	1470	150	180	6	750	2,50	54,80	100,00
00165	LAPOCKA-SERTES	kg	2950	175	239	3	700	3,22	28,90	132,00
00166	COMB-SERTES	kg	1630	210	81	4	520	3,22	28,90	169,00
00167	SERTES DARALNI VALO,APROHUS	kg	4410	120	420	3	800	3,22	150,00	109,00
00168	MARHA LAPOCKA	kg	1470	210	62	6	750	2,50	24,30	100,00
00180	TARJA - FUSTOLT	kg	2030	150	150	3	550	39,00	85,20	0,00
02	Húskészítmény,húskonzev									
00325	DISZNOSAJT *	kg	3140	145	283	2	1320	43,75	102,00	260,00
00393	KOLBASZ FUSTOLT *	kg	2920	155	254	3	910	23,00	114,00	0,00
00394	KOLBASZ SUTNIVALO *	kg	3010	155	254	3	1000	21,00	114,00	0,00
00395	KOLBASZ DEBRECENI	kg	2800	157	270	2	820	21,00	99,80	0,00
00396	KOLBASZ PULKA	kg	2920	155	254	3	810	21,00	114,00	0,00
00398	KOLBASZ LECSO *	kg	2810	163	229	3	1000	23,00	114,00	280,00
00400	KOLBASZ GYULAI	kg	3920	178	355	3	1700	23,00	114,00	450,00
03794	KOLBASZ - CSABAI	kg	3010	155	254	3	1100	40,12	146,00	0,00
03	Belsőség,belségkészítmény									
00164	SERTESMAJ	kg	1390	195	53	25	4300	8,45	25,90	104,00
00380	PARASZT MAJAS *	kg	3140	159	277	3	2240	16,00	0,00	120,00
00381	KENOMAJAS *	kg	3340	134	300	0	2240	16,00	0,00	120,00
05	tej,savanyított tejtejtermék									
00660	JOGHURT (2 DL-ES) *	darab	80	8	8	9	24	0,35	3,41	175,00
00661	KEFIR (2 DL-ES) *	darab	132	6	7	9	10	0,35	3,41	210,00
00662	IVOJOGHURT 150 GR *	darab	200	15	15	173	15	0,45	2,92	150,00
00665	PUDING-SCHOKO SHAKE *	darab	74	3	2	10	0	0,35	0,00	0,00
06	Tejtermék(sajt,túró)									
00099	SAJT-EIDAMI KG *	kg	3810	277	281	16	1100	22,00	169,00	8000,00
00667	SAJT- FUSTOLT *	kg	3570	252	266	17	680	25,00	179,00	0,00
00668	SAJT- TOMLOS DB *	darab	321	16	26	1	0	2,00	18,00	0,00
00669	SAJT - KARAVAN JUHSAJT *	kg	3530	2230	2730	19	1000	13,00	192,00	0,00
00670	SAJT-TRAPISTA KG *	kg	3810	277	281	16	1000	12,00	179,00	6000,00
00673	KOCKASAJT DB 8 CIKKES *	darab	103	5	8	0	33	0,30	4,47	143,00
00675	SAJT-LAPKA DB *	darab	44	4	1	0	10	0,15	2,00	0,00
00720	TEHENTURO *	kg	1470	162	70	37	170	2,00	38,00	800,00

Napköziotthonos Óvoda - Milota,			Kalória tartalom			2015.09.01		2. Oldal		
Fk.szám: 621			Konyha			Sótartalmat kell beírni !!!!!				
Cikkszám	Megnevezés	Mért.e.	Kcal(g)	Feh.(g)	Zsir(g)	Szénh.(g)	Kolesz.(g)	Só(g)	Telített zsírsav(g)	Kalcium(mg)
06 Tejtermék(sajt,túró)										
04055	SAJT-MOZZARELLA *	kg	4440	400	131	32	1000	3,00	0,00	0,00
07 Egyéb tejk./tejföl,tejszín/										
00658	KEFIR LITERES *	liter	1320	60	72	92	100	1,50	19,50	2100,00
00664	JOGHURT ITAL 2 DL *	darab	148	7	4	20	24	0,52	2,92	210,00
00666	KEFIR-DANONE *	darab	132	6	7	9	0	0,35	2,92	180,00
00671	JOGHURT L *	liter	592	28	16	82	110	1,50	17,00	1200,00
00699	KREMTEJFOL 1 L *	liter	2160	33	200	39	600	2,00	101,00	0,00
00700	TEJFOL 20 %- OS *	liter	2160	33	200	39	600	2,00	101,00	1300,00
00701	TEJFOL 12 %- OS *	liter	1420	30	120	40	400	2,00	101,00	0,00
03901	RAMA-TEJSZIN-NOVENYI *	liter	1700	25	150	50	0	1,50	90,00	0,00
08 Főzőzsíradék(olaj,főzőmargarin										
04394	RAMA - FOZOKREM *	liter	2450	30	230	70	0	5,00	0,00	0,00
09 Kenőzsíradék(vaj,vajkrém										
00584	VAJ - MINI *	darab	75	0	80	0	23	0,04	3,87	1,30
00585	VAJ 1/10 KG *	kg	5400	4	600	5	0	2,00	120,00	130,00
00586	RAMA MARGARIN *	kg	6300	5	700	5	0	1,75	330,00	120,00
00592	FLORA MARGARIN KG *	kg	3600	5	400	600	0	0,30	80,00	0,00
00742	VAJKREM 125 GR *	darab	487	3	50	2	143	1,50	24,12	0,00
00743	VAJKREM 150 GR *	darab	585	3	60	3	172	1,80	28,95	0,00
00744	VAJKREM 225 GR *	darab	975	6	100	5	287	2,70	43,42	0,00
00745	VAJKREM VODROS KG *	kg	3900	25	400	20	2300	12,00	193,00	0,00
10 Cukor,méz										
01219	KAKAOPOR *	kg	3810	210	120	470	0	1,00	138,00	0,00
11 Liszt,rizs,gabonakészítmény										
01031	ZABPEHELY KG *	kg	3760	144	68	643	0	0,20	13,70	710,00
01032	BUZADARA *	kg	3490	94	10	734	0	1,00	0,00	190,00
01100	LISZT(FINOM,RETES) *	kg	3510	117	27	707	0	0,07	0,00	130,00
01101	LISZT-KUKORICA *	kg	3340	89	28	663	0	0,12	0,00	190,00
01120	RIZS SOS	kg	3530	80	3	775	0	0,15	0,00	80,00
01243	RIZS KG	kg	3530	80	3	778	0	0,15	0,00	80,00
04387	RIZSLISZT *	kg	3590	69	6	794	0	0,10	0,00	70,00
14 Burgonya										
01300	BURGONYA	kg	940	25	2	184	0	0,12	0,00	100,00
15 Zöldségfélék(friss,mir,konzerv										
01301	CEKLA SAVANYU KONZERV	kg	310	10	0	60	0	2,45	0,00	350,00
01303	CEKLA VODROS	kg	310	13	1	59	0	2,45	0,00	350,00
01305	CEKLA FRISS	kg	310	13	1	59	0	2,45	0,00	350,00
01340	KARALABE KG	kg	390	21	2	69	0	0,13	0,00	430,00

Fk.szám: 621 Konyha

Sótartalmat kell beírni !!!!!

Cikkszám	Megnevezés	Mért.e.	Kcal(g)	Feh.(g)	Zsir(g)	Szénh.(g)	Kolesz.(g)	Só(g)	Telített zsírsav(g)	Kalcium(mg)
15	Zöldségfélék (friss,mir,konzerv									
01341	KARALABE DB	darab	95	5	0	17	0	0,03	0,00	107,00
01342	FEJESKAPOSZTA	kg	320	16	2	57	0	0,58	0,00	330,00
01343	KELKAPOSZTA	kg	350	36	3	43	0	0,43	0,00	570,00
01345	SAVANYU KAPOSZTA	kg	200	11	2	34	0	22,00	0,00	500,00
01347	VECSESI KAPOSZTA	kg	240	10	0	30	0	22,00	0,00	0,00
01356	KARFIOL FRISS	kg	300	24	4	39	0	0,75	0,00	0,00
01361	PARAJ FRISS	kg	200	23	3	18	0	0,56	0,00	1330,00
01362	PAPRIKA TV KG	kg	200	12	3	30	0	0,08	0,00	140,00
01388	GYOKER KG	kg	300	12	1	12	0	0,86	0,00	560,00
01401	RETEK KG	kg	150	12	1	22	0	1,46	0,00	330,00
01402	RETEK/ FEKETE RETEK	kg	380	17	3	72	0	1,46	0,00	330,00
01410	SALATA / FEJES DB	darab	255	21	4	30	0	0,06	0,00	42,00
01411	SARGAREPA KG	kg	400	12	2	81	0	0,03	0,00	280,00
01412	SARGAREPA - TISZTITOTT	kg	350	12	2	81	0	0,03	0,00	280,00
01419	UBORKA FRISS	kg	120	10	1	17	0	0,32	0,00	180,00
01436	FOZOTOK KG	kg	310	11	1	61	0	0,03	0,00	200,00
01437	UBORKA - KOVASZOS KG	kg	200	20	0	30	0	16,00	0,00	180,00
01720	KARFIOL MIR.	kg	300	24	4	39	0	0,75	0,00	0,00
01780	SPENOT - PARAJ MIR.	kg	200	20	0	20	0	0,56	0,00	1330,00
01869	ZOLDBAB MIR.	kg	310	20	0	70	0	0,03	0,00	0,00
02265	ALMAPAPRIKA-ECETES	kg	210	10	0	30	0	28,00	0,00	0,00
02297	GOMBA KONZERV KG	kg	250	34	5	15	0	13,00	0,00	200,00
02315	LECSO KONZERV KG	kg	980	30	80	40	0	15,00	0,00	0,00
02370	ZOLDBAB KONZERV	kg	410	26	3	68	0	0,03	0,00	0,00
02371	ZOLDBORSO KONZERV KG	kg	900	80	5	156	0	9,00	0,00	0,00
16	Gyümölcsök (friss,mir,konzerv									
01600	ALMA KG	kg	310	4	0	70	0	0,09	0,00	55,00
01601	BANAN	kg	950	13	0	242	0	0,55	0,00	100,00
01602	EPER	kg	350	9	0	72	0	0,11	0,00	250,00
01603	KORTE	kg	520	4	0	120	0	0,06	0,00	157,00
01611	KAJSZIBARACK	kg	480	9	0	102	0	0,15	0,00	138,00
01612	OSZIBARACK	kg	410	7	0	90	0	0,09	0,00	57,00
01613	NARANCS	kg	410	6	0	85	0	0,07	0,00	438,00
01615	CSERESZNYE	kg	630	7	0	140	0	0,20	0,00	163,00
01622	MEGGY	kg	520	8	0	110	0	0,12	0,00	0,00
01634	SZILVA	kg	470	8	0	102	0	0,10	0,00	140,00
01638	SZOLO	kg	780	6	0	181	0	0,06	0,00	280,00
01699	EGRES MIR.	kg	390	10	0	100	0	0,15	0,00	364,00

Fk.szám: 621 Konyha

Sótartalmat kell beírni !!!!

Cikkszám	Megnevezés	Mért.e.	Kcal(g)	Feh.(g)	Zsir(g)	Szénh.(g)	Kolesz.(g)	Só(g)	Telített zsírsav(g)	Kalcium(mg)
16	Gyümölcsök (friss,mir,konzerv									
01950	RIBIZLI FRISS	kg	340	12	0	53	0	0,20	0,00	568,00
02102	MALNABEFOTT KG	kg	897	25	0	142	0	0,10	0,00	310,00
02104	MALNA MIR.	kg	390	11	0	62	0	0,10	0,00	310,00
03700	SARGADINNYE BEFOTT KG	kg	400	3	0	95	0	25,00	0,00	126,00
03893	GOROGDINNYE SAVANYU	kg	290	5	0	65	0	25,00	0,00	0,00
17	Szárashüvelyesek									
01015	BAB /TARKA,SZARAZ,SZEMES/	kg	3380	223	10	579	0	0,20	0,00	1000,00
01016	SARGABORSO	kg	3210	217	15	531	0	0,37	0,00	680,00
01055	LENCSE	kg	3420	260	19	530	0	0,17	0,00	680,00
20	Lekvár									
02185	SARGABARACKIZ	kg	2670	0	0	650	0	0,45	0,00	0,00
21	Olajos mag									
00836	FOLDIMOGYORO KG *	kg	6090	267	472	147	0	0,45	43,60	2250,00
01050	DIOBEL KG *	kg	6540	186	570	117	0	0,26	139,00	2020,00
01105	MAK *	kg	5370	205	382	239	0	0,41	100,00	9680,00
02811	MANDULA EGESZ KG *	kg	6260	276	522	68	0	0,20	41,00	2520,00
22	Egyéb									
00845	KEKSZ - HAZTARTASI KG	kg	4230	98	68	780	0	9,80	0,00	250,00
24	Fűszerek									
02750	TEAFU KG	kg	0	0	0	0	0	1,25	0,00	0,00