



Tételes étlap 2021.01.04. - 2021.01.10.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.01.04. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Lencseleves húsos F*	1 474,83	352,83	21,60	11,47	1,81	40,27	0,00	1,42		
		Darás metélt F*	2 659,35	636,21	17,41	10,89	1,40	116,36	18,69	1,15	  	
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	4 425,01	1 058,62	39,81		3,21	170,63	18,69	2,59		
2021.01.05. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Vajgaluska leves F*	489,64	117,14	3,89	4,80	1,03	14,33	0,02	1,22	   	
		Vagdalt F*	1 325,42	317,09	14,67	24,35	6,96	9,46	0,01	0,84	 	
		Tökfőzelék F*	1 008,61	174,50	5,52	11,43	3,10	28,41	2,99	0,89	 	
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
		Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
		Összesen:	4 085,12	910,51	35,34		11,34	100,12	4,00	3,78		
2021.01.06. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E Zellerkrémleves (friss) F*	551,69	119,85	2,97	8,37	1,68	10,94	0,53	0,64	     	
		Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Sárgar. zöldség Pulykarag F*	1 193,28	281,09	21,70	19,00	4,20	6,49	0,00	1,49		
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
		Összesen:	4 439,13	1 045,48	35,43		7,01	144,15	0,55	3,04		





2021.01.07. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35		
		Hentes tokány F*	1 152,61	271,36	22,84	17,81	5,90	5,64	0,00	2,00	 		
		Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 		
		Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89			
		Összesen:	3 353,82	797,96	40,80		7,59	89,12	0,00	5,15			
2021.01.08. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Csurgatott tojás leves F*	701,90	167,91	5,35	12,12	2,03	9,18	0,23	2,93	 	
		Rántott csirkemell szez. F*	1 677,15	401,23	31,22	18,08	2,21	27,93	0,00	1,70	  		
		Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51			
		Őszibarackbefőtt, hámozott	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
		Összesen:	4 272,57	983,32	46,81		6,87	118,61	14,23	6,15			

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

