



Tételes étlap 2024.01.08. - 2024.01.14.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 01. 08. hétfő (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Gulyásleves K*	1 287,70	308,06	13,31	19,30	5,67	19,53	0,00	0,80		
		Tejbedara szórattal K*TM	1 487,42	355,84	4,29	3,51	0,65	76,35	43,16	0,01		
		Kakaós porcukor K*	484,95	116,02	0,93	1,09	0,64	25,50	24,98	0,00		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
		Összesen:	3 606,29	862,75	19,73	24,30	6,96	138,38	68,14	0,82		
2024. 01. 09. kedd (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Zabgaluskás leves K*TM	495,36	118,51	5,03	2,25	0,26	19,20	0,00	1,02		
		Kakukkfűves Csirkemell K*TM	1 052,53	251,80	25,33	15,55	2,63	2,33	0,00	1,27		
		Zöldborsófőzelék K*TM*	1 422,32	340,27	16,27	9,14	0,94	47,40	6,19	0,83		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	3 697,03	884,46	52,88	27,75	4,06	103,20	6,94	3,89		
2024. 01. 10. szerda (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Zöldbableves K*TM	437,31	104,62	3,56	4,14	0,42	12,98	0,00	0,99		
		Sült hal	923,59	220,95	25,21	9,82	1,80	7,78	0,00	1,35		
		Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00		
		Összesen:	3 061,84	732,49	36,90	20,77	3,02	98,55	0,00	3,34		





2024. 01. 11. csütörtök (00538) Tejmentes 15-18 év															
E	Húsleves K*	410,14	98,12	3,43	3,90	0,45	12,08	0,00	1,26						
	Sült csirkecomb K* diéta	1 438,71	344,19	41,90	18,78	3,58	1,49	0,00	2,05						
	Meggymártás K*	934,66	223,60	1,34	0,83	0,00	50,65	21,98	0,02						
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77						
	Összesen:	3 510,33	839,79	52,92	24,32	4,26	98,49	22,73	4,10						
E	Tarhonyaleves K* D,	527,46	126,19	4,73	0,97	0,12	24,13	0,00	1,27						
	Natúr szelet K*	1 594,73	381,51	18,87	30,50	9,26	7,43	0,00	0,76						
	Hagymás törtburgonya K*	1 224,32	292,90	7,85	0,66	0,09	62,41	0,01	1,02						
	Párolt káposzta K*	499,13	119,41	1,67	7,63	0,87	10,73	5,00	0,81						
	Összesen:	3 845,64	920,01	33,12	39,76	10,34	104,70	5,01	3,86						

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

