



Tételes étlap 2023.01.16. - 2023.01.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 01. 16. hétfő (00001) Felnőtt A menü	E Paprikás Legényfogó leves F*	930,95	222,72	16,17	11,54	3,03	13,11	0,40	1,18		
	Gombóc különféle mir F*	431,05	103,12	3,06	0,27	0,00	21,99	0,00	0,59		
	Vaniliasodó aranyg. F*	845,72	202,33	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	Összesen:	2 553,94	611,00	27,27	15,22	4,66	88,94	17,38	2,13		
2023. 01. 16. hétfő (00002) Felnőtt B menü	E Paprikás Legényfogó leves F*	930,95	222,72	16,17	11,54	3,03	13,11	0,40	1,18		
	Káposztás kocka F*	1 955,88	467,91	16,07	8,95	1,23	79,79	5,00	1,59		
	Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 568,71	853,76	33,44	20,89	4,26	129,88	25,38	2,78		
2023. 01. 17. kedd (00001) Felnőtt A menü	E Tárkonyos zöldség leves F*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08		
	Majorannás apróhús F*	1 107,42	264,93	20,84	18,83	4,19	2,67	0,00	1,15		
	Lencsefőzelék F*	1 675,54	400,85	23,03	8,42	0,74	57,75	4,00	1,28		
	Rozsos kenyér	607,80	145,41	3,96	0,48	0,06	30,00	0,30	0,90		
	Összesen:	3 928,24	939,77	50,48	37,37	7,10	98,02	5,11	5,41		





2023. 01. 17. kedd		2023. 01. 18. szerda		2023. 01. 19. csütörtök						
(00002) Felnőtt B menü		(00001) Felnőtt A menü		(00002) Felnőtt B menü						
E	Tárkonyos zöldség leves F*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08	
	Húsos rakott zdségtál csőben F	3 588,55	858,50	34,56	52,31	15,61	59,75	2,69	5,43	
	Összesen:	4 126,03	987,08	37,21	61,95	17,72	67,35	3,50	7,51	
E	Kertészleves F*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
	Tarhonyáshús F*	3 011,87	720,54	32,50	37,53	10,35	62,31	0,00	2,34	
	Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	
	Összesen:	3 523,34	842,91	36,35	43,69	11,01	74,32	0,07	4,57	
E	Kertészleves F*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
	Zúzapörkölt F*	1 590,86	380,59	29,65	26,52	5,88	5,41	0,02	1,24	
	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:	3 847,84	920,54	48,50	39,79	7,58	90,32	0,09	4,38	
E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16	
	Halfilé szezámmagos F*	1 638,23	293,48	25,80	19,63	2,71	27,55	0,00	2,02	
	Petrezselymes burgonya F*	1 429,03	341,87	7,63	7,11	0,82	60,29	0,00	1,51	
	Tartármártás F*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34	
	Összesen:	6 198,95	1 340,75	40,68	89,64	14,42	125,21	13,14	5,03	





2023. 01. 19. csütörtök	(00002) Felnőtt B menü	E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
			Reszelt csirkemáj	1 047,19	250,52	24,60	13,86	2,80	6,54	0,00	1,20		
			Petrezselymes burgonya F*	1 429,03	341,87	7,63	7,11	0,82	60,29	0,00	1,51		
			Összesen:	3 512,92	796,60	37,35	31,15	4,77	100,46	9,99	3,87		
2023. 01. 20. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34		
			Édes-savanyú csmell csíkok F*	852,35	195,70	25,70	5,86	0,79	11,57	4,35	0,94		
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
			Összesen:	3 445,85	816,15	38,83	22,55	2,83	115,26	4,39	3,08		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

