



Tételes étlap 2021.01.18. - 2021.01.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.01.18. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Legényfogó leves F*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	1,18		
		Tejbedara szórattal F*	1 566,41	238,85	12,80	5,04	2,60	69,09	31,97	0,38		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	2 783,68	530,07	29,72		5,63	96,04	32,37	1,58		
	(00002) Felnőtt B menü	E Legényfogó leves F*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	1,18		
		Káposztás kocka F*	1 955,88	467,91	16,07	8,95	1,23	79,79	5,00	1,59		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
Összesen:		3 173,15	759,13	32,99		4,26	106,74	5,40	2,79			
2021.01.19. 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	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
		Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
		Összesen:	4 535,15	1 084,96	54,67		9,40	118,37	14,91	5,64		





2021.01.19. kedd	(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 K	3 588,55	858,50	34,56	52,31	15,61	59,75	2,69	5,43		
			Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
			Összesen:	4 523,13	1 082,08	38,41		19,22	82,45	12,90	7,67		
2021.01.20. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
			Halfilé Orly módra F*	1 238,21	296,22	32,25	13,40	1,82	9,53	0,00	1,44		
			Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
			Tartármártás F*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34		
			Összesen:	5 574,83	1 289,88	46,36		13,20	101,15	13,14	5,92		
2021.01.20. szerda	(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		
			Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
			Körtebefőtt, hámozott darabolt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
			Összesen:	3 693,05	839,70	36,88		4,44	118,12	24,09	5,36		
2021.01.21. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	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		





2021.01.21. csütörtök	00001	E	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
			Összesen:	4 400,88	1 052,85	38,95		11,01	122,72	0,07	4,68	
	(00002) Felnőtt B menü	E	Kertészleves F*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
			Zúzapörkölt K*	1 544,42	369,48	25,57	27,09	5,54	5,43	0,02	1,20	
			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	
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	Összesen:	4 678,94	1 119,37	47,02		7,24	138,74	0,09	4,45			
2021.01.22. 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 Barna rizs F*	1 942,67	464,75	7,49	14,64	2,04	75,27	0,02	0,52	
			Összesen:	3 571,90	846,30	38,16		3,74	112,21	4,39	2,80	

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

