



Tételes étlap 2024.01.15. - 2024.01.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 01. 15. 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		
		Almás-fahéjas gombóc*F	606,46	145,09	3,06	4,91	0,53	21,99	0,00	1,57		
		Vaniliasodó F*	845,72	202,33	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,27		
		Összesen:	2 378,62	569,06	26,02	19,46	5,19	71,78	17,38	3,02		
	(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		
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
Összesen:	3 217,98	769,85	32,19	20,49	4,26	112,72	25,38	2,77				
2024. 01. 16. 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 pulyka 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		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
	Összesen:	3 805,65	910,44	51,15	37,50	7,08	91,46	4,81	5,00			
	(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		
		Sült kolbász F*	1 584,08	378,97	13,00	36,54	13,53	1,00	0,20	1,80		
Lencsefőzelék F*		1 675,54	400,85	23,03	8,42	0,74	57,75	4,00	1,28			





2024. 01. 16.		(00002)	E	kenyér teljes kiörlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49	
				Összesen:	4 282,31	1 024,48	43,31	55,21	16,42	89,79	5,01	5,65	
2024. 01. 17. szerda		(00001)	E	Kertészleves F*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
				Tarhonyáshús (sertés) 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	
2024. 01. 17. szerda		(00002)	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.szarvacsksa 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	
2024. 01. 18. csütörtök		(00001)	E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16	
				Rántott halfilé sokmagos F*	1 580,51	263,27	28,67	16,95	2,72	27,28	0,00	1,88	
				Petrezselymes burg.mir. F*	218,11	52,18	0,13	5,58	0,63	0,29	0,00	1,48	
				Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01	
				Összesen:	3 181,54	602,49	35,12	33,11	4,50	78,20	9,99	4,53	





2024. 01. 18. 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 burg.mir. F*	218,11	52,18	0,13	5,58	0,63	0,29	0,00	1,48		
			Körtebefőtt, hámozott darabolt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
			Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 052,45	686,45	31,35	30,02	4,58	81,16	24,09	3,87		
2024. 01. 19. 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 (jázmin) F*	350,84	83,93	0,00	9,28	1,06	0,00	0,00	0,79		
			Összesen:	1 980,07	465,48	30,67	22,17	2,76	36,94	4,37	3,07		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

