



Tételes étlap 2021.01.25. - 2021.01.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.01.25. hétfő (00001) Felnőtt A menü	E Palócleves /konz/ F*	1 379,89	330,12	18,36	16,42	4,91	26,42	1,01	1,62		
	Derelye klf mir.	3 215,38	769,23	16,86	21,73	2,11	123,07	19,98	5,50		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	Összesen:	4 941,49	1 182,18	36,42		7,02	166,49	20,99	7,13		
2021.01.26. kedd (00001) Felnőtt A menü	E Francia zöldségleves F*	676,75	161,90	5,39	9,30	1,03	13,82	0,02	1,07		
	Sertés pörkölt F*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
	Kelkáposzta főzelék F*	1 055,42	252,49	10,24	7,39	0,82	35,64	0,00	1,16		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	0,00	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	Összesen:	4 326,73	893,08	43,79		11,15	92,34	0,02	4,18		
2021.01.26. kedd (00002) Felnőtt B menü	E Francia zöldségleves F*	676,75	161,90	5,39	9,30	1,03	13,82	0,02	1,07		
	Csülök pörkölt F	79,08	18,92	0,73	0,12	0,01	3,71	0,01	3,30		
	Főtt burgonya f*	1 058,25	253,17	6,75	0,54	0,07	54,00	0,00	1,21		
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	Összesen:	2 272,97	543,77	17,07		1,11	81,73	0,03	5,58		





2021.01.27. szerda													
(00001) Felnőtt A menü	E	Gyümölcsleves F*	471,83	112,88	0,55	0,27	0,00	26,62	11,39	0,30			
		Tejszínes csirkemell kocka F*	1 268,58	303,49	28,37	16,90	5,17	9,12	0,02	1,23			
		Rizi-bizi mir. F*	2 189,59	523,83	13,30	12,70	1,44	88,34	0,01	0,81			
		Összesen:	3 930,00	940,20	42,22		6,61	124,08	11,42	2,34			
(00002) Felnőtt B menü	E	Gyümölcsleves F*	471,83	112,88	0,55	0,27	0,00	26,62	11,39	0,30			
		Csirkemell joghurtos fűsz.K*	1 830,06	437,81	32,20	16,72	3,00	14,77	2,40	1,30			
		Rizi-bizi mir. F*	2 189,59	523,83	13,30	12,70	1,44	88,34	0,01	0,81			
		Összesen:	4 491,48	1 074,52	46,05		4,44	129,73	13,80	2,41			
2021.01.28. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,31	14,43	0,00	1,45		
			Zabpelyhes húsgombóc F*	2 713,47	605,35	27,61	34,24	9,99	56,81	14,99	2,30		
			Tört burgonya félada F*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,20		
			Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
		Összesen:	4 552,78	1 045,38	42,64		10,59	138,96	15,97	5,78			
(00002) Felnőtt B menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,31	14,43	0,00	1,45			
	Rakott burg fkolbással F*	3 893,01	931,34	29,48	52,84	22,74	67,50	2,38	3,50				
	Összesen:	4 341,84	1 038,72	33,70		23,05	81,93	2,38	4,95				





2021.01.29. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	1,22		
		Bakonyi tokány *F	1 503,09	359,59	25,70	23,31	5,92	11,25	0,66	0,20		
		Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
		Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02		
		Összesen:	4 263,89	1 020,07	46,71		7,99	121,91	0,68	2,35		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

