



Tételes étlap 2023.01.23. - 2023.01.29.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 01. 23. hétfő (00001) Felnőtt A menü	E Palócleves /konz/ F*	943,85	225,80	11,84	12,38	4,06	16,26	1,01	1,87		
	Mákos kalács F	3 128,10	748,35	23,70	24,39	5,04	107,65	15,00	0,72		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	4 290,07	1 026,33	36,14	37,37	9,10	134,41	16,01	2,61		
2023. 01. 24. 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*	1 005,30	240,50	21,90	14,78	3,63	4,65	0,00	1,41		
	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	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		
Összesen:	3 331,08	796,90	43,09	32,20	5,52	82,24	0,02	4,22			
2023. 01. 24. 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	0,62		
	Összesen:	1 814,08	433,99	12,87	9,96	1,11	71,53	0,03	4,99		
2023. 01. 25. szerda (00001) Felnőtt A menü	E Gyümölcsleves F*	507,51	121,41	0,83	0,35	0,00	28,10	11,39	0,31		
	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:	3 965,68	948,73	42,50	29,95	6,61	125,56	11,42	2,35		





2023. 01. 25. szerda		2023. 01. 26. csütörtök		2023. 01. 27. péntek						
(00002) Felnőtt B menü		(00001) Felnőtt A menü		(00002) Felnőtt B menü						
E	Gyümölcsleves F*	507,51	121,41	0,83	0,35	0,00	28,10	11,39	0,31	
	Csirkemell joghurtos fűsz.F*	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:	4 527,16	1 083,05	46,33	29,77	4,44	131,21	13,80	2,42	
E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67	
	Tört burgonya féladag F*	538,02	0,00	3,75	0,30	0,03	27,60	0,00	1,20	
	Húsgombóc	1 054,34	252,23	12,77	14,91	5,25	16,44	0,00	2,09	
	Paradicsom mártás F*	876,03	173,43	3,60	7,46	0,82	31,73	14,99	2,27	
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83	
	Összesen:	3 719,78	725,04	31,40	27,27	6,82	127,92	15,97	7,06	
E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67	
	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	56,47	23,21	81,93	2,38	4,17	
E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24	
	Bakonyi tokány *F	1 609,08	384,95	26,17	25,79	7,16	11,48	0,66	0,43	
	Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	





2023.	01.27	(00001	E	Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02	
					Összesen:	4 369,88	1 045,43	47,18	38,91	9,23	122,14	0,68	1,60	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

