



Tételes étlap 2024.01.22. - 2024.01.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 01. 22. hétfő (00001) Felnőtt A menü	E Palócleves mir F*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87		
	Mákos kalács F	3 122,62	747,04	23,68	24,39	6,20	107,65	15,00	0,65		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	4 346,31	1 039,79	36,23	39,91	10,56	132,35	15,99	2,53		
2024. 01. 23. kedd (00001) Felnőtt A menü	E Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67		
	Zabpelyhes húsgombóc F*	1 837,11	439,50	23,77	27,20	9,22	24,37	0,00	0,22		
	Paradicsom mártás F*	876,03	173,43	3,60	7,46	0,82	31,73	14,99	2,27		
	Tört burgonya féladag F*	537,03	128,48	3,75	0,30	0,03	27,60	0,00	1,20		
	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
Összesen:	4 511,59	1 043,19	42,26	39,51	10,75	136,77	15,70	5,52			
2024. 01. 24. szerda (00001) Felnőtt A menü	E Erdei gyümölcsleves F*	507,51	121,41	0,83	0,35	0,00	28,10	11,39	0,01		
	Rizszeshús (csirkés) F*	2 440,96	450,93	30,08	17,93	2,78	74,74	0,00	1,84		
Összesen:	2 948,47	572,34	30,91	18,28	2,78	102,84	11,39	1,85			





2024. 01. 24. szerda		2024. 01. 25. csütörtök		2024. 01. 26. péntek						
(00002) Felnőtt B menü		(00001) Felnőtt A menü		(00002) Felnőtt B menü						
E	Erdei gyümölcsleves F*	507,51	121,41	0,83	0,35	0,00	28,10	11,39	0,01	
	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	2,12	
E	Francia zöldségleves F*	676,75	161,90	5,39	9,30	1,03	13,82	0,02	1,07	
	Paprikás sertés kocka 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.	582,25	139,29	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	
	Összesen:	3 856,48	922,59	39,59	48,00	11,15	82,14	0,02	4,18	
E	Francia zöldségleves F*	676,75	161,90	5,39	9,30	1,03	13,82	0,02	1,07	
	Rakott burg fkolbásszal F*	3 893,01	931,34	29,48	52,84	22,74	67,50	2,38	3,50	
	Összesen:	4 569,76	1 093,24	34,87	62,14	23,77	81,32	2,40	4,57	
E	Vajgaluska leves F*	503,54	120,46	4,00	4,81	1,59	15,16	0,02	0,20	
	Bakonyi tokány (sertés) F*	2 146,68	513,56	28,47	38,99	12,45	11,48	0,66	1,18	
	Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	1,21	
	Kiwi	305,47	73,08	1,20	0,72	0,00	13,56	0,00	0,01	
	Összesen:	4 701,20	1 124,68	48,67	51,63	15,08	113,10	0,68	2,60	





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

