



Tételes étlap 2024.01.22. - 2024.01.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 01. 22. hétfő (00538) Tejmentes 15-18 év	E Palócleves mir K* T.M.	1 052,29	251,74	15,44	13,42	2,73	16,79	0,00	1,88		
	Mákos Tészta K*	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	0,91	 	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	3 123,71	747,30	31,24	22,26	3,88	103,69	0,00	2,81		
2024. 01. 23. kedd (00538) Tejmentes 15-18 év	E Csontleves tésztabetéttel K* D	415,18	99,32	3,08	3,41	0,43	13,97	0,00	0,92		
	Zabpelyhes húsgombóc K*	1 837,11	439,50	23,77	27,20	9,22	24,37	0,00	0,22	 	
	Paradicsom mártás K*	876,03	173,43	3,60	7,46	0,82	31,73	14,99	2,27	 	
	Tört burgonya féladag K*	537,03	128,48	3,75	0,30	0,03	27,60	0,00	1,00		
	Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:	4 392,17	1 014,61	40,45	39,18	10,73	131,94	15,74	5,18			
2024. 01. 24. szerda (00538) Tejmentes 15-18 év	E Gyümölcsleves K*TM	492,92	117,92	1,86	0,29	0,00	26,18	13,39	0,30		
	Rizszeshús (csirkés) K*	2 440,96	450,93	30,08	17,93	2,78	74,74	0,00	1,84		
	Összesen:	2 933,88	568,85	31,94	18,22	2,78	100,92	13,39	2,14		





2024. 01. 25. csütörtök (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Francia zöldségleves K* D.	662,36	158,46	5,30	9,23	1,01	13,15	0,00	1,07		
		Paprikás sertés kocka K*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
		Kelkáposzta főzelék K*	1 055,42	252,49	10,24	7,39	0,82	35,64	0,00	1,36		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	3 986,66	953,74	40,19	48,01	11,32	87,61	0,75	4,57		
2024. 01. 26. péntek (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Zöldségleves K* D.	531,25	127,09	3,28	6,01	0,65	14,59	0,00	1,57		
		Bakonyi tokány K*TM	1 452,53	347,50	26,13	21,99	5,42	10,82	0,00	0,46		
		Tészta köret orsó K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	1,21		
		Kivi	305,47	73,08	1,20	0,72	0,00	13,56	0,00	0,01		
		Összesen:	4 034,76	965,25	45,61	35,83	7,11	111,87	0,00	3,25		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

