



Tételes étlap 2024.02.05. - 2024.02.11.

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. 02. 05. hétfő (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E Pulykaraguleves mir. I*G.M.	889,96	212,91	13,48	11,70	2,34	13,03	0,00	1,19		
	Tejberizs I* G.T.M.	1 872,85	448,05	5,22	4,19	0,75	96,84	41,96	0,04		
	Gyümölcsöntet I*GM	430,10	102,89	0,59	0,26	0,00	24,05	12,99	0,01		
	Összesen:	3 192,91	763,85	19,29	16,15	3,09	133,92	54,95	1,24		
2024. 02. 06. kedd (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E Csirkebecsinált leves I* G.M.	744,22	178,04	13,62	9,97	1,55	8,15	0,00	1,19		
	Sült hal isk	843,59	201,82	21,20	9,48	1,65	7,78	0,00	1,13		
	Parajfőzelék suli* G.T.M.	765,09	183,04	4,81	8,73	0,96	21,09	3,20	1,08		
	Abonett gluténmentes	717,91	171,75	9,17	1,18	0,15	30,91	0,00	0,53	 	
Összesen:	3 070,81	734,65	48,80	29,36	4,31	67,93	3,20	3,93			





2024. 02. 07. szerda (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E	Reszelttésztalesves I*G.T.M.	408,40	97,70	1,85	3,59	0,41	14,16	0,00	1,85		
		Zöldborsós pulyka ragu I*GTM.	1 018,87	243,75	18,82	15,17	3,35	7,61	0,00	0,93		
		Petrezselymes rizsköret I*	1 408,85	337,05	6,49	6,74	0,78	62,20	0,00	1,00		
		Összesen:	2 836,12	678,50	27,16	25,50	4,54	83,97	0,00	3,78		





2024. 02. 08. csütörtök (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E	Magyaros gombaleves I*GTM	649,37	155,35	4,09	9,53	1,23	12,92	0,15	1,57		
		Gyros fűsz. csirke hús I*	737,57	176,45	23,15	8,50	1,12	1,63	0,00	0,96		
		Burgonyapüré I* T.M.	1 214,49	290,55	5,80	6,80	1,67	50,34	3,20	0,89		
		Trópusi befőtt	294,48	70,45	0,38	0,11	0,00	16,62	9,92	0,01		
		Összesen:	2 895,91	692,80	33,42	24,94	4,02	81,51	13,27	3,43		





2024. 02. 09. péntek (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E	Fokhagyma krémleves I*G.T.M.	346,61	82,92	0,93	4,81	0,58	8,88	0,32	0,98		
		Csikós tokány isk*GTM	1 352,54	323,57	14,76	26,66	7,67	5,74	0,00	1,92		
		Tészta köret Farfalle I*G.M.	1 129,04	270,11	1,28	3,34	0,32	58,40	0,00	0,79		
		Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43		
		Összesen:	3 043,30	728,06	18,65	35,04	8,60	83,37	4,82	4,12		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

