



Tételes étlap 2023.02.06. - 2023.02.12.

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. 02. 06. hétfő (00001) Felnőtt A menü	E Pulykaraguleves mir. F*	1 049,21	251,01	17,82	13,51	2,96	14,15	0,02	1,72		
	Rizsfelfújt F*	2 327,97	556,93	15,84	9,53	3,35	101,40	26,47	0,46		
	Gyümölcsöntet F*	496,11	118,69	0,68	0,31	0,01	27,74	14,99	0,01		
	Összesen:	3 873,29	926,63	34,34	23,35	6,32	143,29	41,48	2,19		
2023. 02. 07. kedd (00001) Felnőtt A menü	E Csirkebecsinált leves F*	909,21	217,52	13,56	10,73	1,51	15,94	0,06	1,29		
	Tojásfasírt F*	934,58	223,58	9,39	9,94	1,86	23,56	0,30	1,57		
	Parajfőzelék F*	1 050,64	251,35	11,58	12,31	2,06	23,32	0,00	1,46		
	Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96		
	Összesen:	3 516,41	841,25	40,47	33,76	5,73	90,42	0,36	5,28		
2023. 02. 07. kedd (00002) Felnőtt B menü	E Csirkebecsinált leves F*	909,21	217,52	13,56	10,73	1,51	15,94	0,06	1,29		
	Rántott csirkecomb F*	1 038,40	248,42	5,82	12,95	1,65	26,85	0,00	1,51		
	Hagymás törtburgonya F*	1 224,32	292,90	7,85	0,66	0,09	62,41	0,01	1,02		
	Összesen:	3 171,93	758,84	27,23	24,34	3,25	105,20	0,07	3,82		
2023. 02. 08. szerda (00001) Felnőtt A menü	E Reszelttésztalesves F*	663,22	158,66	5,24	5,85	0,67	20,79	0,00	3,18		
	Zöldborsós pulyka ragu F.*	1 200,60	287,22	23,39	17,58	4,28	8,43	0,13	1,45		
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
	Összesen:	3 680,44	880,48	36,79	33,09	6,08	107,54	0,15	5,43		





2023. 02. 08. szerda (00002) Felhótt B menü	E	Dubarry sertésborda F*	2 047,82	489,91	36,53	30,38	9,76	17,06	0,00	2,84		
		Reszelttésztalesves F*	663,22	158,66	5,24	5,85	0,67	20,79	0,00	3,18		
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Összesen:	4 527,66	1 083,17	49,93	45,89	11,56	116,17	0,02	6,82		
2023. 02. 09. csütörtök (00001) Felhótt A menü	E	Gombalesves F*	547,19	130,91	2,61	8,31	2,16	11,18	0,68	1,08		
		Gyros fűsz. csirke hús F*	1 249,75	298,98	27,71	19,85	2,45	2,01	0,00	1,39		
		Burgonyapüré F*	1 525,72	365,01	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
		Trópusi befótt	368,09	88,06	0,47	0,14	0,00	20,78	12,40	0,01		
		Összesen:	3 690,75	882,96	40,53	37,08	7,24	94,27	13,08	3,99		
2023. 02. 10. péntek (00001) Felhótt A menü	E	Fokhagyma krémlesves F*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	2,28		
		Csikós tokány F *	1 864,48	446,05	20,46	36,82	11,30	7,60	0,50	2,18		
		Tészta köret Farfalle F*	1 814,09	433,99	17,00	9,64	1,44	69,29	0,00	1,19		
		Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
		Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10		
		Összesen:	4 940,94	1 182,04	45,00	59,67	15,02	113,98	6,00	6,58		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

