



Tételes étlap 2023.02.13. - 2023.02.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2023. 02. 13. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó gulyás F*	1 664,90	398,30	24,84	16,01	3,12	38,14	0,03	1,36		
		Darás metélt F*	2 296,86	549,49	17,26	10,89	1,40	94,97	0,00	1,15		
		Barackíz	302,08	72,27	0,13	0,00	0,00	17,83	15,58	0,00		
		Narancs	34,62	8,28	0,12	0,04	0,00	1,70	0,00	0,00		
	Összesen:	4 298,46	1 028,34	42,35	26,94	4,52	152,64	15,61	2,51			
(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó gulyás F*	1 664,90	398,30	24,84	16,01	3,12	38,14	0,03	1,36			
	Mazsolás diós kalács (2 db) F*	3 258,77	779,61	21,07	30,47	6,49	104,24	24,99	0,72			
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01			
	Összesen:	5 269,89	1 260,74	47,11	46,88	9,61	159,38	25,02	2,09			
2023. 02. 14. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34		
		Kakukkfűves Csirkemell F*	1 255,52	300,36	31,91	15,56	4,46	7,85	2,00	1,27		
		Zöldborsófőzelék F**	1 444,12	345,48	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93		
		Rozsos kenyér	607,80	145,41	3,96	0,48	0,06	30,00	0,30	0,90		
	Összesen:	4 084,32	977,10	59,54	32,65	6,93	108,55	5,32	4,44			





2023. 02. 14. kedd (00002) Felnőtt B menü	E	Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34		
		Sült sertés oldalas	1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	1,43		
		Paradicsomos káposzta F*	1 033,20	214,32	6,67	7,35	0,81	37,75	9,99	1,69		
		Összesen:	3 797,30	875,58	37,98	54,88	15,02	63,95	10,01	4,46		
2023. 02. 15. szerda (00001) Felnőtt A menü	E	Tavaszi leves F*	519,34	124,24	2,90	7,77	0,87	10,07	0,02	1,73		
		Olaszos pulykaF* (sárga kali)	1 594,54	377,09	28,57	26,01	8,67	7,79	0,50	2,10		
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	3 930,50	935,93	39,63	43,44	10,67	96,18	0,54	4,63			
2023. 02. 16. csütörtök (00001) Felnőtt A menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67		
		Vagdalt F*	1 889,31	451,99	21,65	31,75	9,57	19,21	0,19	1,18		
		Zöldbabfőzelék F*	1 059,35	253,43	8,51	11,87	3,11	27,44	1,00	1,02		
		Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96		
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
		Összesen:	4 897,01	1 171,54	42,92	48,23	13,45	137,08	1,19	3,94		





2023. 02. 16. csütörtök	(00002) Felnőtt B menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67		
			Paprikás csirke F*	1 304,42	312,06	30,97	17,24	4,18	7,80	0,66	1,54		
			Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
			Összesen:	4 376,30	1 046,96	52,79	28,18	5,69	143,53	0,66	3,23		
2023. 02. 17. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Csurgatott tojás leves F*	701,90	167,91	5,35	12,12	2,03	9,18	0,23	2,93		
			Natúr szelet F*	1 043,50	249,64	22,23	14,69	3,63	6,83	0,00	1,39		
			Hagymás törtburgonya F*	1 224,32	292,90	7,85	0,66	0,09	62,41	0,01	1,02		
			Párolt káposzta F*	483,39	115,64	1,68	7,64	0,87	9,76	4,00	0,81		
			Összesen:	3 453,11	826,09	37,11	35,11	6,62	88,18	4,24	6,15		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

