



Tételes étlap 2021.02.15. - 2021.02.21.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.02.15. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó leves F*	1 450,48	347,01	20,84	15,37	3,07	30,87	0,28	1,77		
		Darás metélt F*	2 659,35	636,21	17,41	10,89	1,40	116,36	18,69	1,15		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 456,05	1 066,05	39,45		4,47	164,23	18,97	2,93		
	(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó leves F*	1 450,48	347,01	20,84	15,37	3,07	30,87	0,28	1,77		
		Diós-kakós kalács F*	2 634,35	473,66	21,54	19,40	6,33	91,75	25,97	0,64		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
Összesen:	4 431,05	903,50	43,58		9,40	139,62	26,25	2,42				
2021.02.16. 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*	1 311,87	313,84	49,67	11,38	1,58	2,91	0,02	1,37		
		Zöldborsófőzelék F**	1 444,89	306,84	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93		
		Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
	Összesen:	4 351,25	1 002,13	80,29		4,85	108,86	3,74	4,61			
	(00002) Felnőtt B menü	E Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34		
		Töltött káposzta F*	2 163,24	517,52	22,93	29,44	8,62	39,58	0,00	2,94		
Rozsos kenyér		817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97			
Összesen:	3 757,73	898,97	34,85		10,39	100,20	0,72	5,25				





2021.02.17. 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		
	Összesen:	3 930,50	935,93	39,63		10,67	96,18	0,54	4,63		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Tavaszi leves F*	519,34	124,24	2,90	7,77	0,87	10,07	0,02	1,73		
	Rántott gomba F*	1 544,62	369,53	16,37	15,32	1,94	41,10	0,00	2,43		
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
	Tartármártás F*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34		
	Összesen:	5 975,57	1 429,56	29,56		13,68	133,23	3,19	5,30		
(00001) Felnőtt A menü											
E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
	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	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63		
	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	Összesen:	5 662,95	1 310,97	44,87		14,34	162,43	11,43	8,10		





2021.02.18. csütörtök	(00002) Felnőtt B menü	E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
			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:	4 964,17	1 143,79	53,69		6,37	162,73	10,65	3,72		
2021.02.19. 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		
			Tört burgonya, hagymás F*	1 282,04	306,71	6,41	7,94	0,91	51,08	0,00	2,98		
			Párolt káposzta F*	483,39	115,64	1,68	7,64	0,87	9,76	4,00	0,81		
			Összesen:	3 510,83	839,90	35,67		7,44	76,85	4,23	8,11		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

