



Tételes étlap 2024.02.12. - 2024.02.18.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 02. 12. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó leves sertés F*	1 494,79	357,61	23,19	15,48	3,24	30,91	0,28	1,82		
		Darás metélt F*	2 464,69	589,64	17,26	10,89	1,40	104,96	9,99	1,15		
		Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 668,19	1 116,80	41,80	26,77	4,64	174,26	28,96	2,98		
	(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó leves sertés F*	1 494,79	357,61	23,19	15,48	3,24	30,91	0,28	1,82		
		Mazsolás diós kalács (2 db) F*	3 266,18	781,38	20,37	32,11	6,33	103,30	24,99	0,64		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
		Összesen:	5 107,19	1 221,82	44,76	47,99	9,57	151,21	25,27	2,47		
	2024. 02. 13. 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*			1 010,99	241,86	30,56	10,56	1,36	5,85	0,00	1,22		
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:			3 839,79	918,60	58,19	27,65	3,83	106,55	3,32	4,39		





2024. 02. 13. 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			
			Fokhagymás sült oldalas F*	1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	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			
2024. 02. 14. 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 pulyka F*	1 205,93	284,12	21,64	18,98	4,21	7,39	0,50	1,50			
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80			
			Összesen:	3 541,89	842,96	32,70	36,41	6,21	95,78	0,54	4,03			
2024. 02. 15. 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			
			Fasírt F*	1 770,46	423,55	18,25	29,66	8,16	20,17	0,21	1,69			
			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:	4 778,16	1 143,10	39,52	46,14	12,04	138,04	1,21	4,45				
(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				





2024. 02. 15.	02.15	(00002	E	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			
2024. 02. 16.	péntek	(00001)	Felhótt 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

