























Tételes étlap 2021.02.22. - 2021.02.28.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.02.22. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08	 	
		Chilis bab F*	2 758,35	632,51	28,29	36,64	10,07	53,43	0,00	5,29		
		Magvas kenyér	807,58	193,20	7,04	1,51	0,32	36,67	0,87	1,13		
		Összesen:	4 295,95	1 000,36	40,39		11,04	115,32	0,87	7,50		
2021.02.23. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Májgaluska leves F*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	   	
		Krumplis tészta F*	2 599,29	621,84	18,69	15,38	1,97	100,93	0,00	2,18	 	
		Vegyes vágott savanyúság	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
Összesen:	3 846,80	920,30	31,80		3,32	138,43	0,08	4,65				
2021.02.23. kedd	(00002) Felnőtt B menü	E Májgaluska leves F*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	   	
		Lasagne ragu F*	1 592,71	348,17	17,06	28,31	7,81	14,27	0,00	1,77		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	2 757,06	626,73	29,07		9,16	48,37	0,08	3,35		
2021.02.24. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E Fahéjas szilvaleves F*	700,57	167,60	1,05	0,03	0,00	39,57	18,16	0,11	     	
		Pulykarizzottó F*	2 626,40	628,33	36,09	23,55	6,90	67,08	0,00	2,33	 	
		Zöld saláta F*	121,06	28,96	1,51	0,25	0,03	10,90	0,00	0,23		





2021.02.24. szerda		2021.02.25. csütörtök											
2021.02.24. szerda	(00001) Felöltött B menü	E	Ezersziget jogh. öntet F*	239,39	57,27	1,31	4,76	2,91	2,10	1,16	0,07	 	
			Összesen:	3 687,42	882,16	39,96		9,84	119,65	19,32	2,74		
	(00002) Felöltött B menü	E	Fahéjas szilvaleves F*	700,57	167,60	1,05	0,03	0,00	39,57	18,16	0,11	     	
			Sonkás raguval t. szelet F*	1 857,21	444,31	31,12	25,18	5,41	22,86	0,16	2,24	 	
			Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
	Összesen:	3 762,71	900,17	39,03		5,90	116,68	18,32	5,33				
2021.02.25. csütörtök	(00001) Felöltött A menü	E	Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35		
			Sertés pörkölt F*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
			Tökfőzelék F*	1 008,61	174,50	5,52	11,43	3,10	28,41	2,99	0,89	 	
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	0,00	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		
			Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
		Összesen:	3 975,71	742,31	35,54		13,05	78,47	2,99	4,19			
(00002) Felöltött B menü	E	Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35			
		Sült sertés oldalas	1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	1,43			
		Hagynás törtve bab F*	2 419,91	578,93	27,45	19,97	2,34	71,73	0,02	1,51			
		Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
		Összesen:	5 238,56	1 253,24	59,85		16,29	89,94	0,02	4,29			





2021.02.26. péntek (00001) Feinőtt A menü	E	Zabgaluskás leves F*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02		
		Halfilé kukoricás bundában F*	1 589,24	372,92	32,26	7,01	1,67	46,65	0,00	2,23	 	
		Zelleres Burgonyap. F*	1 285,45	268,70	8,88	6,84	2,09	51,24	0,02	2,04	 	
		Összesen:	3 381,45	762,85	46,25		4,03	117,62	0,04	5,29		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

