



Tételes étlap 2021.03.01. - 2021.03.07.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.03.01. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Lencseleves húsos F*	1 474,83	352,83	21,60	11,47	1,81	40,27	0,00	1,42		
		Aranygaluska F*	3 130,62	589,47	22,49	24,97	6,41	107,65	23,49	0,77	 	
		Vaniliasodó aranyg. F*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35	 	
		Összesen:	5 453,10	1 048,03	50,93		9,85	184,76	40,47	2,54		
2021.03.02. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Lebbensleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65	 	
		Sertés aprópecsenye F*	1 480,38	354,16	18,10	29,62	9,17	3,44	0,02	1,49		
		Finomfőzelék F*	1 215,73	242,31	13,05	8,74	1,60	39,22	1,50	1,48	 	
		Tönköly kenyér	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63		
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
Összesen:	4 468,99	1 020,61	43,09		11,90	111,01	5,77	9,25				
(00002) Felnőtt B menü	E	Lebbensleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65	 	
		Reszelt csirkemáj	1 047,19	250,52	24,60	13,86	2,80	6,54	0,00	1,20		
		Főtt burgonya f*	1 058,25	253,17	6,75	0,54	0,07	54,00	0,00	1,21		
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
		Összesen:	3 078,27	736,43	36,30		3,49	95,14	4,00	4,06		





2021.03.03. szerda											
(00001) Felnőtt A menü											
E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	1,22		
	Hentes tokány F*	1 689,37	399,78	19,34	33,61	11,53	5,54	0,00	1,96		
	Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
	Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
	Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02		
	Összesen:	4 700,76	1 120,21	42,35		13,63	128,19	5,02	4,94		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	1,22		
	Bolognai rakott burgonya F*	2 837,00	645,85	33,53	38,03	11,14	48,94	0,99	2,13		
	Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02		
	Összesen:	3 852,29	888,75	39,54		12,17	86,70	1,01	3,37		
(00001) Felnőtt A menü											
E	Karfiolkrémleves F*	514,82	113,46	2,29	9,33	2,42	7,35	0,68	0,83		
	Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Csirkemell sajtmártással*F	919,92	195,81	27,89	7,93	2,77	9,04	0,50	0,48		
	Mexikói párolt rizs F*	1 573,93	376,54	8,11	7,86	0,91	67,75	0,02	0,80		
	Összesen:	3 008,67	685,81	38,29		6,10	84,14	1,20	2,11		





2021.03.04. csütörtök	(00002) Felnőtt B menü	E	Karfiolkrémleves F*	514,82	113,46	2,29	9,33	2,42	7,35	0,68	0,83	 		
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kaprostúrós rántott s.karaj F*	1 864,97	446,16	30,30	23,28	6,10	28,31	1,08	1,95		  	
			Mexikói párolt rizs F*	1 573,93	376,54	8,11	7,86	0,91	67,75	0,02	0,80			
			Összesen:	3 953,72	936,16	40,70		9,43	103,41	1,78	3,58			
2021.03.05. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Gombaleves F*	547,19	130,91	2,61	8,31	2,16	11,18	0,68	1,08	  		
			Tarhonyáshús F*	2 519,63	602,78	35,50	23,13	4,96	62,41	0,00	2,34		 	
			Vegyes vágott savanyúság	83,16	19,89	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,88			
			Összesen:	3 149,98	753,58	39,21		7,12	76,99	0,68	4,30			

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

