



Tételes étlap 2022.01.03. - 2022.01.09.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.01.03. 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		
		Mákos Tészta F*	2 908,29	695,76	23,20	23,32	5,15	97,44	14,99	0,93		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 528,53	1 083,38	45,20	35,19	6,96	144,71	14,99	2,36		
2022.01.04. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Zellerkrémleves mir.	599,72	133,77	3,26	8,12	1,41	13,82	0,52	1,27		
		Sárgar. zöldség Pulykarag F*	1 193,28	281,09	21,70	19,00	4,20	6,49	0,00	1,49		
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Levesgyöngy	184,03	44,03	0,67	3,05	0,37	3,42	0,00	0,08		
Összesen:	3 793,65	893,49	33,79	39,83	7,11	102,05	0,54	3,64				
2022.01.05. 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		
		Sült sertés oldalas	1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	1,43		
		Tökfőzelék F*	1 008,61	241,30	5,52	11,43	3,10	28,41	2,99	0,89		
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
Összesen:	4 304,57	1 029,81	42,93	57,71	17,68	82,12	3,99	4,37				





2022.01.06. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35		
			Hentes tokány F*	1 197,13	282,01	22,34	19,21	6,14	5,64	0,00	1,95		
			Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
			Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
			Összesen:	3 398,34	808,61	40,30	32,29	7,83	89,12	0,00	5,10		
2022.01.07. 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		
			Rántott csirkemell szez. F*	1 677,15	401,23	31,22	18,08	2,21	27,93	0,00	1,70		
			Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
			Trópusi befőtt	368,09	88,06	0,47	0,14	0,00	20,78	12,40	0,01		
			Összesen:	4 273,63	983,57	46,78	39,12	6,87	118,19	12,63	6,15		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

