



Tételes étlap 2021.03.08. - 2021.03.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.03.08. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Gulyásleves F*	697,53	166,87	2,42	9,55	1,08	17,28	0,00	1,51		
		Tejbeköles, Kakaós porcukor F*	1 940,77	318,71	16,28	7,28	3,29	82,87	22,98	0,90		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	2 929,13	555,16	19,50	4,37	114,15	22,98	2,43			
	(00002) Felnőtt B menü	E Gulyásleves F*	697,53	166,87	2,42	9,55	1,08	17,28	0,00	1,51		
		Pizzás csiga házi F*	2 492,02	552,95	25,62	19,42	7,12	78,98	0,82	0,95		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
Összesen:		3 480,38	789,40	28,84	8,20	110,26	0,82	2,48				
2021.03.09. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28		
		Pulyka pörkölt F*	1 149,89	275,09	23,54	17,67	4,25	5,12	0,00	1,49		
		Sárgaborsó főzelék F*	1 610,42	385,27	20,41	8,89	1,10	55,47	0,00	1,01		
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
	Összesen:	4 090,61	978,61	54,27	6,24	112,65	0,98	4,61				
	(00002) Felnőtt B menü	E Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28		
		Rakott karfiol F*	2 583,03	617,95	25,91	38,85	12,73	40,18	1,98	2,26		
Összesen:		3 110,77	744,20	29,17	13,37	54,52	1,98	3,54				





2021.03.10. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Gyümölcsleves F*	471,83	112,88	0,55	0,27	0,00	26,62	11,39	0,30	    	
			Zöldborsós csirkemellcsíkok F.	1 357,08	324,66	35,19	13,63	3,94	14,83	1,60	1,47	 	
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
			Vegyes friss saláta F*	277,31	66,34	1,61	0,22	0,03	14,19	7,99	0,39		
			Összesen:	3 922,84	938,48	45,51		5,10	133,96	21,00	2,96		
2021.03.11. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Húsleves hús nélküli F**	267,83	64,07	2,91	0,64	0,04	11,40	0,01	1,02	 	
			Főtt hús F*	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
			Paradicsomos káposzta F*	1 033,20	214,32	6,67	7,35	0,81	37,75	9,99	1,69		
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	0,00	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		
			Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
			Összesen:	3 090,58	564,50	41,54		5,85	92,86	19,40	3,70		
(00002) Felnőtt B menü	E	Húsleves hús nélküli F**	267,83	64,07	2,91	0,64	0,04	11,40	0,01	1,02	 		
		Marhapörkölt F*	453,68	108,54	0,97	9,47	1,06	4,69	0,00	1,21			
		Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 		
		Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16			
		Összesen:	2 864,12	685,19	20,08		3,64	104,09	9,41	3,30			





2021.03.12. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Karfiolleves F*	381,39	91,24	2,58	6,04	0,66	6,31	0,01	1,06		
		Itáliai sertésszelet F*	1 424,98	340,90	27,91	12,26	3,59	29,32	0,00	1,64		
		Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
		Trópusi befőtt	368,09	88,06	0,47	0,14	0,00	20,78	12,40	0,01		
		Összesen:	3 379,39	808,46	37,82		4,74	110,66	12,41	5,69		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

