



Tételes étlap 2024.03.11. - 2024.03.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 03. 11. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó leves pulyka F*	1 450,48	347,01	20,84	15,37	3,07	30,87	0,28	1,77		
		Túrós derelye *F	2 737,88	655,00	22,98	11,95	1,06	110,55	0,00	1,57		
		Vaníliás tejföl F*	644,66	154,23	2,97	13,20	8,25	5,33	5,33	0,11		
	Összesen:	4 833,02	1 156,24	46,79	40,52	12,38	146,75	5,61	3,45			
	(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó leves pulyka F*	1 450,48	347,01	20,84	15,37	3,07	30,87	0,28	1,77		
		Sajtos sonkás kenyér lángos F*	3 504,57	838,41	30,67	39,12	13,60	89,92	3,69	3,38		
Összesen:		4 955,05	1 185,42	51,51	54,49	16,67	120,79	3,97	5,15			
2024. 03. 12. 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		
		Panírozott tőkehal sajttal*F	385,92	92,33	0,00	10,21	1,16	0,00	0,00	0,00		
		Parajfőzelék F*	1 050,64	251,35	11,58	12,31	2,06	23,32	0,00	1,46		
		Tört burgonya féladag F*	537,03	128,48	3,75	0,30	0,03	27,60	0,00	1,20		
		Graham kenyér	795,04	190,20	8,60	1,27	0,34	32,27	0,52	0,89		
	Összesen:	3 545,51	848,21	28,90	31,12	4,50	108,56	0,54	4,89			





2024. 03. 12. kedd (00002) Felnőtt B menü		2024. 03. 13. szerda (00001) Felnőtt A menü		2024. 03. 13. szerda (00002) Felnőtt B menü		2024. 03. 14. csütörtök (00001) Felnőtt A menü				
E	Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34	
	Brassói aprópecsenye F*	4 272,19	1 022,05	36,53	59,87	15,52	81,53	0,00	1,77	
	Összesen:	5 049,07	1 207,90	41,50	66,90	16,43	106,90	0,02	3,11	
E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16	
	Brokkoli-srúpás csirke ragú F*	1 286,77	307,84	29,07	17,01	6,40	9,35	0,31	4,48	
	Petrezselymes rizsköret F*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
	Összesen:	4 315,24	988,55	43,12	34,80	8,35	134,77	10,30	6,66	
E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16	
	Rántott sajt	3 311,66	792,26	38,69	44,13	19,79	59,15	0,00	3,25	
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80	
	Tartármártás F*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34	
	Összesen:	8 259,97	1 932,26	54,10	116,69	31,81	174,84	13,16	5,55	
E	Zellerkrémleves mir.	599,53	143,43	3,26	8,12	1,41	13,82	0,52	1,27	
	Levesgyöngy	230,04	55,03	0,83	3,81	0,46	4,27	0,00	0,10	
	Bolognai Szósz F*	1 436,39	310,78	15,66	27,80	7,79	7,29	0,00	1,07	





2024. 03. 14.	(00001) Felöltt A <small>monit</small>	E	Tészta köret spagetti F*	1 640,26	392,41	15,00	4,33	0,72	72,90	0,00	1,21		
			Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,03	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 906,22	901,65	34,75	44,06	10,35	98,28	0,52	3,65		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

