



Tételes étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 03. 18. hétfő (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E Frankfurteri leves isk* G.T.M.	919,41	219,95	8,58	13,61	3,70	15,37	0,00	1,48		
	Darás metélt I* G.T.M.	2 283,78	546,36	4,67	7,18	0,76	115,08	30,56	0,53		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	3 494,02	835,89	14,05	21,59	4,46	144,45	30,56	2,03		
2024. 03. 19. kedd (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E Csontleves betéttel isk*L.É.	369,53	88,41	2,39	3,96	0,48	10,68	0,00	1,10		
	Sertés pörkölt I*	1 168,71	279,60	13,84	23,18	6,97	3,57	0,00	1,13		
	Szárazbabfőzelék I* G.M.	1 433,82	343,02	18,42	6,48	0,79	52,37	0,00	1,20		
	Abonett 100g	574,33	0,00	7,33	0,94	0,12	24,73	0,00	0,43		
Összesen:	3 546,39	711,03	41,98	34,56	8,36	91,35	0,00	3,86			





2024. 03. 20. szerda (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E	Zöldborsóleves I* G.T.M.	392,53	93,91	2,96	4,06	0,45	11,21	0,00	1,41		
		Borsos tokány I* GTM fruktóz	943,54	225,73	16,96	15,07	3,36	5,27	0,00	1,32		
		Tészta köret Farfalle I*G.M.	1 129,04	270,11	1,28	3,34	0,32	58,40	0,00	0,79		
		Káposztasaláta isk	215,11	51,46	1,68	0,23	0,03	10,35	4,50	0,43		
		Összesen:	2 680,22	641,21	22,88	22,70	4,16	85,23	4,50	3,95		





2024. 03. 21. csütörtök (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E	Rántott leves I* G.T.M.	310,92	74,03	0,53	5,66	0,65	5,26	0,00	0,79		
		Tavaszi rizseshús (pulyka)I*TM	1 885,80	451,15	23,57	15,38	3,39	53,95	0,00	1,81		
		Összesen:	2 196,72	525,18	24,10	21,04	4,04	59,21	0,00	2,60		





2024. 03. 22. péntek (00539) Glutén-tejmentes o.mag,citrus 7-14	E	Ribizke leves I*GTM	461,64	110,44	0,66	0,21	0,00	24,97	9,99	0,02	
		Natúr Csirkemell suli G.T.M.	944,52	225,96	25,32	10,34	1,32	7,65	0,00	0,98	
		Burgonyapüré Karfiolos I*T.M.	898,84	215,03	5,71	4,06	1,02	37,97	0,00	0,50	
		Összesen:	2 305,00	551,43	31,69	14,61	2,34	70,59	9,99	1,50	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

