



Tételes étlap 2022.03.21. - 2022.03.27.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.03.21. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Frankfurti leves F*	1 476,50	353,23	12,84	24,41	6,85	20,43	1,00	1,83		
		Darás metélt F*	2 659,35	636,21	17,41	10,89	1,40	116,36	18,69	1,15		
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
		Összesen:	4 395,51	1 051,56	31,15	35,60	8,25	149,54	19,69	2,99		
	(00002) Felnőtt B menü	E Frankfurti leves F*	1 476,50	353,23	12,84	24,41	6,85	20,43	1,00	1,83		
		Mazsolás almás kalács F*	3 478,68	798,25	21,12	18,10	3,24	142,62	10,01	1,14		
Narancs		259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01			
Összesen:	5 214,84	1 213,60	34,86	42,81	10,09	175,80	11,01	2,98				
2022.03.22. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,31	14,43	0,00	0,66		
		Vagdalt F*	1 889,31	451,99	21,65	31,75	9,57	19,21	0,19	1,18		
		Gyöngybabfőzelék F*	1 593,68	381,26	20,75	7,54	0,89	57,16	0,00	1,00		
		Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
	Összesen:	4 749,43	1 136,23	53,57	44,73	11,63	126,05	0,89	3,81			
	(00002) Felnőtt B menü	E Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,31	14,43	0,00	0,66		
Panírozott karfiol		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Burgonya petrezselymes F*		1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98			
Összesen:		1 653,76	395,64	11,08	7,89	0,80	68,68	0,00	3,64			





2022.03.23. szerda		2022.03.24. csütörtök		2022.03.25. péntek							
(00001) Felnőtt A menü		(00001) Felnőtt A menü		(00002) Felnőtt B menü							
E	Tavaszi rizseshús F*	2 316,07	554,08	25,94	17,49	3,66	72,58	0,05	2,23		
	Csurgatott tojás leves F*	701,90	167,91	5,35	12,12	2,03	9,18	0,23	2,93		
	Trópusi befőtt	368,09	88,06	0,47	0,14	0,00	20,78	12,40	0,01		
	Összesen:	3 386,06	810,05	31,76	29,75	5,69	102,54	12,68	5,17		
E	Zabgaluskás leves F*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02		
	Csirkemell párizsiasan F*	1 213,96	282,65	33,49	12,06	1,80	11,63	0,00	1,76		
	Almamártás F*	1 076,17	257,46	3,46	3,92	2,28	50,43	18,97	0,04		
	Összesen:	2 796,89	661,34	42,06	18,28	4,35	81,79	18,99	2,82		
E	Zabgaluskás leves F*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02		
	Csülök pörkölt F	79,08	18,92	0,73	0,12	0,01	3,71	0,01	3,30		
	Burgonya sós 200 g	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,20		
	Összesen:	1 369,73	327,68	10,84	2,82	0,33	63,44	0,03	5,52		
E	Zöldborsóleves F*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93		
	Borsos tokány F*	1 710,64	400,48	18,95	33,34	9,58	7,82	0,00	1,77		
	Tészta köret Farfalle F*	1 814,09	433,99	17,00	9,64	1,44	69,29	0,00	1,19		
	Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
	Összesen:	4 553,37	1 080,56	44,55	51,59	11,97	109,83	5,02	4,72		





2022.03.26. szombat	(00001) Feinőtt A menü	E	Gyümölcsleves F*	505,87	121,02	0,59	0,19	0,00	27,94	11,39	0,30		
			Gyros fűsz. csirke hús F*	1 354,16	323,96	23,53	24,47	3,62	2,01	0,00	1,44		
			Burgonyapüré Karfiolos F*	1 112,76	241,95	8,44	5,70	1,66	44,25	0,00	0,58		
			Összesen:	2 972,79	686,93	32,56	30,36	5,28	74,20	11,39	2,32		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

