



Tételes étlap 2022.03.28. - 2022.04.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.03.28. 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		
	Tejbedara szórattal F*	1 566,41	238,85	12,80	5,04	2,60	69,09	31,97	0,38	 	
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	Összesen:	3 300,90	653,80	35,30	16,81	4,41	122,11	31,97	1,81		
2022.03.28. hétfő (00002) Felnőtt B menü	E Lencseleves húsos F*	1 474,83	352,83	21,60	11,47	1,81	40,27	0,00	1,42		
	Mákos guba F*	2 576,25	562,95	18,90	18,84	5,79	89,45	26,08	1,21		
	Vaniliasodó aranyg. F*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35	 	
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
Összesen:	5 158,39	1 083,63	48,24	33,62	9,23	179,31	43,06	2,99			
2022.03.29. kedd (00001) Felnőtt A menü	E Májgaluska leves F*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	 	
	Zöldséges combragu F*	1 412,92	321,59	31,03	17,54	7,89	13,60	4,00	2,99	 	
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
	Összesen:	4 103,06	965,17	50,40	36,00	10,37	112,02	4,10	5,35		
2022.03.30. szerda (00001) Felnőtt A menü	E Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24	 	
	Hentes tokány F*	1 689,37	399,78	19,34	33,61	11,53	5,54	0,00	1,96	 	
	Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 	





2022.03.30. szerda																
2022.03.31. csütörtök																
00001	E	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11						
		Összesen:	4 818,60	1 148,40	40,95	45,73	13,60	142,00	0,02	3,22						
		00002	E	Marhapörkölt F*	1 827,25	437,14	31,37	31,87	9,83	5,65	0,00	1,44				
				Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24				
				Tarhonya köret F*	2 160,50	516,87	18,75	14,82	2,07	76,55	0,01	1,26				
Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11								
Összesen:	5 371,47	1 285,05	56,73	51,70	12,93	145,76	0,03	3,05								
00001	E	Lebbencsleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65						
		Párolt csirkemell F*	674,16	161,28	24,95	5,79	0,82	2,30	0,05	0,19						
		Finomfőzelék F*	1 215,73	242,31	13,05	8,74	1,60	39,22	1,50	1,48						
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	0,00	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58						
		Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02						
		Összesen:	4 381,09	857,56	51,11	30,99	12,38	139,35	30,55	3,92						
00002	E	Lebbencsleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65						
		Húsos rakott zdségtál csőben F	3 588,55	858,50	34,56	52,31	15,61	59,75	2,69	5,43						
		Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02						
		Összesen:	5 486,14	1 312,47	42,11	68,04	25,53	129,45	31,69	7,10						





2022.04.01. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Gombaleves F*	547,19	130,91	2,61	8,31	2,16	11,18	0,68	1,08	  	
		Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
		Fűszeres sárgarépa saláta F*	369,45	88,39	2,05	1,08	0,14	17,09	3,40	2,19		
		Panírozott halszelet, sajtos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	2 121,57	507,56	11,52	13,65	2,79	82,52	4,08	6,25		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

