



Tételes étlap 2022.04.04. - 2022.04.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.04.04. hétfő (00001) Felnőtt A menü	E Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28		
	Chilis bab F*	2 758,35	632,51	28,29	36,64	10,07	53,43	0,00	5,29		
	Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	4 321,82	1 006,54	39,10	45,07	11,57	113,52	0,70	7,56		
2022.04.04. hétfő (00002) Felnőtt B menü	E Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28		
	Lasagne F*	4 696,29	983,89	53,48	52,80	20,75	107,83	0,04	6,48		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	5 442,15	1 162,32	57,34	59,42	21,39	132,67	0,04	7,78		
2022.04.05. 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		
	Sertés pörkölt F*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
	Kelkáposzta főzelék F*	1 055,42	252,49	10,24	7,39	0,82	35,64	0,00	1,16		
	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
	Összesen:	4 186,95	1 001,65	40,53	45,92	11,20	104,20	0,73	5,03		





2022.04.05. kedd	(00002) Felnőtt B menü	E	Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34					
			Csirkepaprikás F*	1 505,87	360,26	35,11	21,39	5,42	6,31	1,00	1,41					
			Galuska köret F*	1 924,89	460,50	17,82	5,42	0,69	84,55	0,00	0,84					
			Összesen:	4 207,64	1 006,61	57,90	33,84	7,02	116,23	1,02	3,59					
2022.04.06. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Zöldbableves F*	456,54	109,22	3,86	4,17	0,42	13,74	0,00	0,99					
			Mexikói tés	495,41	118,52	5,09	0,54	0,00	22,44	5,00	3,25					
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01					
			Összesen:	1 211,61	289,86	9,85	5,01	0,42	48,93	5,00	4,25					
(00002) Felnőtt B menü	E	Zöldbableves F*	456,54	109,22	3,86	4,17	0,42	13,74	0,00	0,99						
		Sertésárja fokhagymás F*	2 602,56	622,62	15,99	57,97	18,81	8,49	0,00	3,07						
		Pírtott burgonya F*	1 918,62	459,00	10,00	10,08	1,16	80,00	0,00	2,01						
		Összesen:	4 977,72	1 190,84	29,85	72,22	20,39	102,23	0,00	6,07						
2022.04.07. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Karfiollevés F*	381,39	91,24	2,58	6,04	0,66	6,31	0,01	1,06					
			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					
			Összesen:	3 555,09	850,50	45,93	29,33	5,73	99,46	1,63	3,33					





2022.04.08. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Gyümölcsleves F*	507,51	121,41	0,83	0,35	0,00	28,10	11,39	0,31		
		Rántott csirkemell szez. F*	1 677,15	401,23	31,22	18,08	2,21	27,93	0,00	1,70		
		Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
		Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
		Összesen:	3 961,74	908,96	43,79	27,48	4,87	128,32	16,39	4,35		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

