



Tételes étlap 2024.07.01. - 2024.07.07.

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. 07. 01. hétfő (00193) Glutenmentes	E Csontleves tésztabetéttel*gl.m	418,97	100,23	3,30	2,00	0,04	16,98	0,50	1,01		
	Sertés tokány*gluténmentes	1 318,57	315,45	26,25	20,98	5,65	5,41	0,57	3,28		
	Tarhonya köret*gluténmentes	1 516,35	362,76	3,26	10,57	1,25	62,03	2,69	2,81		
	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	Összesen:	3 311,43	792,21	33,41	33,65	6,94	87,02	3,76	9,50		
2024. 07. 02. kedd (00193) Glutenmentes	E Zöldségleves *mir.* gluténm.	535,48	128,11	2,24	5,23	0,56	17,46	0,50	1,01		
	Grill csirkecomb	1 179,15	282,09	37,64	14,01	2,89	1,03	0,00	1,41		
	Almamártás (friss) *gluténm.	831,69	198,97	0,81	0,74	0,01	46,48	19,98	0,02		
	Féladagos burgonya	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,49		
	Összesen:	3 134,24	749,82	44,44	20,28	3,50	94,97	20,48	3,93		
2024. 07. 03. szerda (00193) Glutenmentes	E Olasz zöldségleves gluténm.	796,51	190,55	2,62	9,95	1,11	21,70	1,63	1,03		
	Svájci sertésborda *gluténm.	1 363,79	326,26	25,16	20,93	6,30	8,74	0,15	3,37		
	Párolt rizs	1 517,92	363,14	5,73	17,62	1,98	71,01	0,00	1,15		
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	Összesen:	4 045,25	967,76	34,01	48,50	9,39	122,65	15,78	5,56		





2024. 07. 04. csütörtök	(00193) Glutenmentes	E	Rizsleves *gluténm.	479,85	114,80	2,46	5,89	0,64	17,02	0,00	1,00	
			Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
			Vegyes gyümölcs mártás *gluténm.	977,22	233,78	2,54	1,19	0,01	50,29	18,02	0,03	
			Féladagos burgonya	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,49	
			Összesen:	2 954,74	706,87	38,44	17,87	2,05	98,19	18,02	4,71	
2024. 07. 05. péntek	(00193) Glutenmentes	E	Burgonyaleves zöldséges *gl.m.	881,53	210,89	2,92	6,02	0,69	35,48	0,50	2,99	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			Finomfőzelék *gluténm.	1 220,52	291,99	8,35	10,25	1,16	39,60	5,07	2,34	
			Összesen:	2 900,89	693,99	36,47	25,99	5,31	75,56	5,57	8,33	
2024. 07. 06. szombat	(00193) Glutenmentes	E	Daragaluska leves *gluténm.	523,25	125,18	3,49	6,11	0,80	13,51	0,09	3,02	
			Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40	
			Zöldbabfőzelék *mir.*gluténm.	544,93	130,37	4,83	0,56	0,00	26,10	3,00	2,46	
			Összesen:	2 272,46	543,65	46,16	20,74	3,69	41,81	3,09	7,88	
2024. 07. 07. vasárnap	(00193) Glutenmentes	E	Kertészleves *gluténm.	852,79	204,02	5,48	8,62	0,79	25,74	0,50	3,78	
			Joghurtos csirkemell	1 201,13	287,35	32,91	3,02	1,29	7,68	2,38	2,30	
			Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
			Összesen:	3 853,34	921,85	48,76	18,04	2,81	114,24	2,88	9,08	





.....  
élelmezésvezető

.....  
intézményvezető

.....  
érdekképviselői fórum

