



Tételes étlap 2024.07.08. - 2024.07.14.

	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. 08. hétfő	(00193) Glutenmentes	E Olasz zöldségleves gluténm.	796,51	190,55	2,62	9,95	1,11	21,70	1,63	1,03		
		Rakott brokkoli *glutén mentes	2 158,96	516,50	36,29	27,40	8,66	42,45	2,07	1,44		
		Összesen:	2 955,47	707,05	38,91	37,35	9,77	64,15	3,70	2,47		
2024. 07. 09. kedd	(00193) Glutenmentes	E Zöldbableves *mir.* gluténm.	518,95	124,15	2,24	7,67	0,85	11,28	0,00	2,66		
		Majorannás aprópecsenye*glut.m	1 398,32	334,53	25,32	25,23	5,23	1,13	0,00	1,24		
		Tökfőzelék mir.*gluténm.	493,54	118,07	2,54	0,22	0,00	26,10	2,00	1,05		
		Abonett	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
Összesen:	2 989,32	715,15	36,10	34,44	6,32	62,51	2,44	5,27				
2024. 07. 10. szerda	(00193) Glutenmentes	E Rántott leves *gluténm.	592,21	141,68	0,24	7,91	0,93	15,61	0,10	0,98		
		Húsgombóc *glutén mentes	1 011,38	241,95	21,82	10,10	3,03	24,32	0,00	1,20		
		Sárgarépa-főzelék *mir.* gl.m.	1 050,14	251,23	5,98	8,88	1,42	35,77	3,05	1,85		
		Abonett	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
Összesen:	3 232,24	773,26	34,04	28,21	5,62	99,70	3,59	4,35				
2024. 07. 11. csütörtök	(00193) Glutenmentes	E Daragaluska leves *gluténm.	523,25	125,18	3,49	6,11	0,80	13,51	0,09	3,02		
		Sertés pörkölt	1 234,27	295,28	26,24	19,32	4,52	4,44	0,12	2,32		
		Burgonya főzelék gluténm.	1 401,96	335,40	5,68	10,24	2,40	53,98	0,66	2,70		





2024. 07. 11. péntek	(00193) Glutenmentes	E Abonett	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		Összesen:	3 737,99	894,26	41,41	36,99	7,96	95,93	1,31	8,36		
2024. 07. 12. szombat	(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		
		Meggymártás *mir.* gluténm.	911,00	217,94	1,53	0,92	0,01	48,69	14,99	0,02		
		Abonett	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		Összesen:	3 204,14	766,54	47,41	21,48	3,70	91,18	15,93	2,76		
2024. 07. 13. vasárnap	(00193) Glutenmentes	E Rizsleves *gluténm.	479,85	114,80	2,46	5,89	0,64	17,02	0,00	1,00		
		Natúr sertésszelet *gluténm.	1 158,40	277,13	23,85	16,38	4,02	8,14	0,04	1,21		
		Zöldborsófőzelék *gluténm.	1 105,43	264,46	16,50	1,33	0,24	45,87	3,00	1,06		
		Abonett	578,51	138,40	6,00	1,32	0,24	24,00	0,44	0,32		
		Összesen:	3 322,19	794,79	48,81	24,92	5,14	95,03	3,48	3,59		
2024. 07. 14. péntek	(00193) Glutenmentes	E Csontleves tésztabetéttel*gl.m	418,97	100,23	3,30	2,00	0,04	16,98	0,50	1,01		
		Natúr csirkemell sajttal*gl.m.	1 334,41	319,24	37,67	16,45	6,09	4,51	0,08	1,81		
		Petrezselymes burgonya*gl.m.	1 278,29	305,81	6,56	7,95	0,91	50,69	0,00	1,02		
		Összesen:	3 031,67	725,28	47,53	26,40	7,04	72,18	0,58	3,84		

.....
élelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviselési fórum

