



Tételes étlap 2024.07.15. - 2024.07.21.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 07. 15. hétfő	(00193) Glutenmentes	E Paradicsom leves LÉ.	937,50	224,28	2,92	6,78	0,74	39,02	21,39	1,05		
		Natúr csirkemell *gluténm.	979,53	234,34	30,39	8,67	1,14	8,30	0,04	1,70		
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		Összesen:	3 105,15	742,86	38,61	15,85	1,93	111,02	35,53	5,45		
2024. 07. 16. kedd	(00193) Glutenmentes	E Gombaleves *GM.	604,08	144,52	4,22	6,97	0,80	15,76	0,50	1,52		
		Rizseshús (z)	1 868,90	447,11	26,34	17,84	2,94	69,31	0,00	4,98		
		Ecetes cékla	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
		Összesen:	2 738,36	655,12	31,87	24,91	3,74	98,98	8,49	7,73		
2024. 07. 17. szerda	(00193) Glutenmentes	E Zöldségleves *mir.* gluténm.	535,48	128,11	2,24	5,23	0,56	17,46	0,50	1,01		
		Majorannás (puly)aprópecsenyeF*	1 037,71	248,26	25,55	13,70	2,67	5,37	0,00	2,46		
		Zöldborsófőzelék *L.É.	1 368,74	327,45	15,11	7,78	0,80	48,25	3,87	1,02		
		Összesen:	2 941,93	703,82	42,90	26,71	4,03	71,08	4,37	4,49		
2024. 07. 18. csütörtök	(00193) Glutenmentes	E Csontleves tésztabetéttel*gl.m	418,97	100,23	3,30	2,00	0,04	16,98	0,50	1,01		
		Tejfölös sült csirke	1 291,28	308,92	38,18	16,41	4,39	1,69	0,66	1,92		
		Petrezselymes burgonya	1 355,06	324,18	7,57	5,25	0,60	60,15	0,00	1,51		





2024. 07. 18. péntek	(00193) Glutenmentes	E	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
			Összesen:	3 094,08	740,21	49,35	23,71	5,03	80,12	1,16	5,64		
2024. 07. 19. szombat	(00193) Glutenmentes	E	Raguleves *gluténm.	813,54	194,63	14,65	7,48	1,37	16,99	0,58	1,57		
			Sajtos tészta *gluténm.	2 543,18	608,42	16,83	23,94	11,94	78,74	5,10	2,61		
			Összesen:	3 356,72	803,05	31,48	31,42	13,31	95,73	5,68	4,18		
2024. 07. 20. vasárnap	(00193) Glutenmentes	E	Tavaszi leves *gluténm.	579,03	138,52	3,52	5,34	0,56	18,95	0,58	1,57		
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
			Paradicsom mártás *gluténm.	855,82	204,74	2,39	5,80	0,63	33,86	22,19	1,05		
			Féladagos burgonya	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,49		
			Összesen:	2 821,61	675,02	34,86	21,16	4,69	83,29	22,77	4,36		
2024. 07. 21. péntek	(00193) Glutenmentes	E	Húsleves *gluténm.	749,74	179,36	14,88	5,48	1,77	17,27	0,55	1,67		
			Paprikás s.szelet L.É.	1 322,18	316,31	22,94	20,05	5,44	10,98	0,79	3,26		
			Parolt rizskoret 100. g.	1 308,84	313,12	6,37	9,58	1,06	78,90	0,00	2,46		
			Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
			Összesen:	3 438,30	822,56	44,79	35,21	8,27	109,75	1,34	9,79		

.....
 élelmezésvezető

.....
 intézményvezető

.....
 érdekképviselői fórum

