



Tételes étlap 2022.01.17. - 2022.01.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.01.17. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Legényfogó leves F*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	1,18		
		Szilvalekváros gombóc mir F*	3 741,10	895,00	23,77	13,91	1,06	163,78	19,98	1,57		
		Vaniliasodó aranyg. F*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	5 733,31	1 274,55	47,33	29,06	5,72	224,07	37,36	3,12			
	(00002) Felnőtt B menü	E Legényfogó leves F*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	1,18		
		Gránátos kocka F*	2 575,74	616,21	18,57	14,86	1,92	100,80	0,00	1,82		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	3 720,30	890,03	35,29	27,00	4,95	124,25	0,40	3,02		
	2022.01.18. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77	
Majorannás apróhús F*			1 107,42	264,93	20,84	18,83	4,19	2,67	0,00	1,15		
Lencsefőzelék F*			1 675,54	400,85	23,03	8,42	0,74	57,75	4,00	1,28		
Korpás Kenyér			802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
Piskótaszelet			397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
Összesen:		4 827,06	1 154,80	60,04	41,60	9,11	132,64	14,38	6,19			





2022.01.19. szerda											
(00001) Felnőtt A menü											
E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
	Rántott halfilé F*	1 461,85	349,73	29,59	12,65	2,22	29,08	0,00	1,95		
	Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
	Összesen:	4 290,42	943,80	45,76	31,71	6,00	136,92	17,98	5,85		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
	Reszelt csirkemáj	1 047,19	250,52	24,60	13,86	2,80	6,54	0,00	1,20		
	Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
	Összesen:	3 875,76	844,59	40,77	32,92	6,58	114,38	17,98	5,10		
(00001) Felnőtt A menü											
E	Kertészleves F*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34		
	Tarhonyáshús F*	3 011,87	720,54	32,50	37,53	10,35	62,31	0,00	2,34		
	Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	Összesen:	3 886,75	929,85	37,95	44,06	11,04	92,71	5,07	4,51		





2022.01.20. csütörtök	(00002) Felnőtt B menü	E	Kertészleves F*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
		Zúzapörkölt F*	1 590,86	380,59	29,65	26,52	5,88	5,41	0,02	1,24		
		Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 	
		Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
Összesen:			4 211,25	1 007,48	50,10	40,16	7,61	108,71	5,09	4,32		
2022.01.21. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34	   
		Édes-savanyú csmell csíkok F*	1 101,41	255,28	21,50	14,36	3,67	11,47	4,35	0,92	  	
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Összesen:			3 694,91	875,73	34,63	31,05	5,71	115,16	4,39	3,06
(00002) Felnőtt B menü	E	Daragaluska leves F*	776,88	185,85	4,97	7,03	0,91	25,37	0,02	1,34	   	
	Temesvári sertésszelet F*	1 485,39	344,40	25,14	21,39	6,20	14,94	0,99	1,87	  		
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80			
	Összesen:			4 078,89	964,85	38,27	38,08	8,24	118,63	1,03	4,01	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

