



Tételes étlap 2024.08.05. - 2024.08.11.

	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. 08. 05. 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 mir.	2 069,14	495,01	35,63	25,50	8,44	42,03	2,07	1,43		
		Összesen:	2 865,65	685,56	38,25	35,45	9,55	63,73	3,70	2,46		
2024. 08. 06. kedd	(00193) Glutenmentes	E Zöldbableves *mir.* gluténm.	518,95	124,15	2,24	7,67	0,85	11,28	0,00	2,66		
		Paprikás burgonya hússal	2 730,52	653,23	36,27	18,30	4,41	84,40	0,15	4,36		
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
Összesen:	3 307,01	791,15	39,11	26,07	5,26	98,28	0,15	9,42				
2024. 08. 07. szerda	(00193) Glutenmentes	E Rántott leves *gluténm.	592,21	141,68	0,24	7,91	0,93	15,61	0,10	0,98		
		Húsgombóc (diétás)	939,84	224,84	19,68	9,29	2,74	24,03	0,00	3,14		
		Sárgarépa főzelék* gluténm.	1 121,04	268,19	4,83	10,96	1,68	35,50	3,07	1,75		
Összesen:	2 653,09	634,71	24,75	28,16	5,35	75,14	3,17	5,87				
2024. 08. 08. csütörtök	(00193) Glutenmentes	E Daragaluska leves *gluténm.	523,25	125,18	3,49	6,11	0,80	13,51	0,09	3,02		
		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		
Összesen:	2 415,11	577,78	31,35	31,56	6,03	40,74	2,09	5,31				





2024. 08. 09. péntek (00193) Glutenmentes	E	Zöldségleves *mir.* gluténm.	535,48	128,11	2,24	5,23	0,56	17,46	0,50	1,01	
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48	
		Parolt rizskoret 100. g.	1 538,50	368,06	6,50	15,16	1,69	80,48	0,00	1,97	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
		Összesen:	3 563,23	852,45	40,52	35,95	5,07	119,52	15,10	3,46	
2024. 08. 10. szombat (00193) Glutenmentes	E	Rizsleves *gluténm.	479,85	114,80	2,46	5,89	0,64	17,02	0,00	1,00	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
		Meggymártás *mir.* gluténm.	911,00	217,94	1,53	0,92	0,01	48,69	14,99	0,02	
		Abonett	289,26	69,20	3,00	0,66	0,12	12,00	0,22	0,16	
		Összesen:	2 478,95	593,05	32,19	17,19	4,23	78,19	15,21	4,18	
2024. 08. 11. vasárnap (00193) Glutenmentes	E	Csontleves tésztabetéttel*gl.m	418,97	100,23	3,30	2,00	0,04	16,98	0,50	1,01	
		Őszibarackos csirkemell	1 025,34	245,30	30,22	10,90	4,08	5,94	0,04	1,58	
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 442,12	345,00	9,63	5,01	1,51	63,80	0,00	2,62	
		Összesen:	2 886,43	690,53	43,15	17,91	5,63	86,72	0,54	5,21	

.....
élelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviselőti fórum

