



Tételes étlap 2021.08.23. - 2021.08.29.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.08.23. hétfő (00484) Gyermek (15-18) B menü	T Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E Sárgarépás húspogácsa Bölcsei	725,09	173,47	8,65	10,69	3,37	10,29	0,13	0,87		
	Petrezselymes bföz bölcsei	920,18	220,14	5,25	5,93	1,90	35,55	0,66	0,82		
	U Főtt tojás bölcsei	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07		
	Margarin Light	106,59	25,50	0,00	2,50	0,70	0,00	0,00	0,06		
	Félbarna kenyér	541,73	129,60	4,62	0,62	0,14	25,76	0,48	0,78		
	Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
Összesen:	2 595,37	620,91	21,98	22,57	6,73	79,38	1,27	2,65			
2021.08.24. kedd (00484) Gyermek (15-18) B menü	T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E Bundázott halfalatok b	846,34	202,47	24,53	3,17	1,01	18,82	0,00	1,16		
	Zöldborsófőzelék mir. bölcsei*	977,52	233,86	14,33	5,54	2,01	31,04	4,00	0,73		
	U Kakaós csiga(tészta túros) *B	1 361,53	325,72	9,83	14,02	4,23	39,70	20,64	0,23		
Összesen:	3 406,90	815,04	49,09	23,03	7,25	101,56	24,64	2,13			





2021.08.25. szerda (00484) Gyermek (15-18) B menü												
T	Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00			
E	Paradicsom leves B*	552,51	132,18	2,33	5,12	0,54	19,01	8,74	0,75			
	Tavaszi rizeshús bölcsei	1 228,12	293,81	15,18	9,64	2,12	36,14	0,00	1,14			
	Uborka saláta B*	59,58	14,25	0,36	0,04	0,00	3,11	2,50	0,21			
U	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23			
	Diós rozsos zsemleB*	686,12	164,14	3,81	9,09	2,40	16,56	0,39	0,49			
	Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04			
	Összesen:	3 012,44	720,67	26,00	28,16	7,57	89,85	12,66	2,86			
2021.08.26. csütörtök (00484) Gyermek (15-18) B menü												
T	Gyümölcsle 100%-os	320,89	76,77	0,98	0,27	0,00	16,35	0,00	0,00			
E	Lecsós pulykatokány bölcsei	739,99	177,03	11,20	12,36	2,41	5,00	0,00	3,06			
	Zabgaluska b	752,17	179,95	7,82	2,03	0,21	32,39	0,00	0,52			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
U	Túrós batyu bölcsei	1 646,49	393,90	13,67	14,97	5,28	50,68	15,89	0,26			
	Összesen:	3 604,95	862,44	34,07	30,03	7,90	111,42	15,89	3,85			





2021.08.27. péntek (00484) Gyermek (15-18) B menü	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Svéd húsgolyó *B	727,31	174,00	8,31	12,96	3,97	5,82	0,30	0,85	
		Meggy mártás mir. bölcsi	572,12	136,87	0,99	1,60	0,64	28,32	10,93	0,31	
		Tört burgonya féladag bölcsi	195,97	46,88	1,25	0,10	0,01	10,00	0,00	0,50	
	U	Virslis kifli *B	1 123,56	268,79	11,63	10,57	3,28	31,80	2,63	1,27	
		Összesen:	3 277,12	783,99	24,13	25,38	7,90	112,24	13,86	3,01	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

