



Tételes étlap 2023.09.11. - 2023.09.17.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 11. hétfő	(00193) Glutenmentes	E Olasz zöldségleves L.É.	2 545,52	608,98	2,00	7,08	0,74	16,63	0,00	3,02		
		Natúr csirkemell L.É.	1 051,48	251,55	30,33	10,54	1,37	8,54	0,00	2,20		
		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:	4 785,12	1 144,77	37,63	18,02	2,16	88,87	14,10	7,92		
2023. 09. 12. kedd	(00193) Glutenmentes	E Gombaleves *L.É.	618,27	147,91	5,57	8,07	1,05	13,00	0,00	3,01		
		Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99		
		Ecetes cékla	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
		Összesen:	3 168,83	758,09	34,61	26,01	4,04	95,03	7,99	9,23		
2023. 09. 13. szerda	(00193) Glutenmentes	E Zöldségleves *mir.* L.É.	2 481,88	593,75	2,07	5,25	0,53	16,87	0,00	2,95		
		Majorannás (puly)aprópecsenyeF*	1 037,71	248,26	25,55	13,70	2,67	5,37	0,00	2,46		
		Zöldborsófőzelék *L.É.	1 371,96	328,22	15,00	7,82	0,83	48,68	3,80	1,02		
		Abonett	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,00		
		Összesen:	5 322,30	1 273,28	48,12	27,48	4,12	89,47	3,80	6,43		





2023. 09. 14. csütörtök	(00193) Glutenmentes	E	Csontleves tésztabetéttel L.É.	2 346,41	561,34	2,87	1,97	0,00	15,68	0,00	2,95	
			Tejfölös sült csirke	1 291,29	308,92	38,18	16,41	4,39	1,69	0,66	2,91	
			Burgonya petrezselymes 300 gr	1 368,16	327,31	7,79	5,27	0,60	60,65	0,00	2,50	
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
			Összesen:	5 034,63	1 204,45	49,14	23,70	4,99	79,32	0,66	9,56	
2023. 09. 15. péntek	(00193) Glutenmentes	E	Raguleves diétás L.É.	2 680,89	641,36	11,14	6,82	1,14	16,13	0,00	2,47	
			Sajtos makaroni L.É.	12 770,96	3 055,25	17,02	24,89	12,32	63,97	1,65	3,11	
			Összesen:	15 451,85	3 696,61	28,16	31,71	13,46	80,10	1,65	5,58	
2023. 09. 16. szombat	(00193) Glutenmentes	E	Tavaszi leves L.É.	2 484,30	594,33	2,41	5,20	0,53	16,79	0,00	3,15	
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	
			Paradicsom mártás L.É.	861,41	206,08	2,40	6,04	0,63	35,29	14,99	1,65	
			Féladagos burgonya	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,49	
			Összesen:	4 732,47	1 132,17	33,76	21,26	4,66	82,56	14,99	6,54	
2023. 09. 17. vasárnap	(00193) Glutenmentes	E	Húsleves L.É.	2 296,50	549,40	2,00	0,58	0,00	16,41	0,00	3,74	
			Paprikás s.szelet L.É.	1 323,94	316,73	22,65	19,94	5,46	11,21	0,66	3,19	
			Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47	
			Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
			Összesen:	5 476,56	1 310,18	33,25	30,20	6,57	107,72	0,66	11,80	





.....
élelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviselői fórum

