



Tételes étlap 2021.09.20. - 2021.09.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.09.20. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77		
		Chilis bab F*	2 758,35	632,51	28,29	36,64	10,07	53,43	0,00	5,29		
		Tönköly kenyér	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63		
		Összesen:	4 402,84	1 025,93	43,19	48,33	13,01	106,58	0,25	12,69		
	(00002) Felnőtt B menü	E Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77		
		Rakott káposzta F*	3 001,11	717,97	23,67	49,74	18,10	37,47	1,47	6,60		
		Tönköly kenyér	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63		
Összesen:	4 645,60	1 111,39	38,57	61,43	21,04	90,62	1,72	14,00				
2021.09.21. kedd	(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		
		Brokkoli-srúpás csirke ragú F*	1 260,13	301,47	28,62	16,97	6,40	8,33	0,31	4,45		
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Zabpehely	126,34	30,22	1,15	0,54	0,11	5,14	0,00	0,01		
		Szőlő	404,44	96,76	0,72	0,36	0,00	21,72	0,00	0,01		
		Összesen:	4 644,23	1 067,26	43,77	37,71	8,79	147,14	10,32	6,43		





2021.09.22. szerda												
(00001) Felnőtt A menü	E	Csirkebecsinált leves F*	909,21	217,52	13,56	10,73	1,51	15,94	0,06	1,29		
		Tojásfasírt F*	934,58	223,58	9,39	9,94	1,86	23,56	0,30	1,57		
		Parajfőzelék F*	1 010,17	193,14	10,77	11,59	1,87	23,29	0,00	1,44		
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
		Összesen:	3 656,52	826,24	40,78	33,23	5,49	100,51	1,34	5,13		
(00002) Felnőtt B menü	E	Csirkebecsinált leves F*	909,21	217,52	13,56	10,73	1,51	15,94	0,06	1,29		
		Csirkepörkölt F*	1 206,94	288,74	26,15	17,61	2,85	6,04	0,00	1,29		
		Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
		Összesen:	3 861,66	923,84	54,71	35,45	5,40	94,88	0,06	3,49		
(00001) Felnőtt A menü	E	Karfiolkrémleves F*	611,67	136,63	4,21	9,65	2,45	10,47	0,68	0,86		
		Tarhonyáshús F*	2 519,63	602,78	35,50	23,13	4,96	62,41	0,00	2,34		
		Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	3 418,88	808,21	41,15	36,69	7,87	79,76	0,68	5,70		
(00002) Felnőtt B menü	E	Karfiolkrémleves F*	611,67	136,63	4,21	9,65	2,45	10,47	0,68	0,86		
		Rántott töltött karaj májas F*	1 664,02	398,09	34,73	17,94	5,06	23,53	0,34	2,19		
		Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10		





2021.09.24. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Steak burgonya 250 g*	631,51	151,08	0,00	16,71	1,90	0,00	0,00	0,00			
		Összesen:	3 137,24	740,83	39,78	48,11	9,87	38,28	1,02	3,15			
2021.09.24. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Tejfölös Gombaleves F*	722,97	172,96	3,22	11,63	2,72	13,47	0,76	1,32			
		Fokhagymás sertés szelet F*	1 002,67	239,87	22,54	12,85	3,42	8,23	0,00	1,98			
		Zelleres Burgonyap. F*	1 285,45	268,70	8,88	6,84	2,09	51,24	0,02	2,04			
		Összesen:	3 011,09	681,53	34,64	31,32	8,23	72,94	0,78	5,34			

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

