



Tételes étlap 2023.09.18. - 2023.09.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 18. hétfő (00538) Tejmentes 15-18 év	E Sárgaborsó leves pulyka K* D.	1 446,10	345,96	21,79	14,88	2,78	30,77	0,00	1,32		
	Tejberizs K* TM	2 162,50	517,35	7,66	6,42	2,02	106,62	48,15	0,04		
	Kakaós porcukor K*	484,95	116,02	0,93	1,09	0,64	25,50	24,98	0,00		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	4 384,38	1 048,91	31,18	23,19	5,44	176,89	73,13	1,38		
2023. 09. 19. kedd (00538) Tejmentes 15-18 év	E Paradicsom leves K*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
	Brokkoli-srúpás cs. ragu K*TM	1 276,22	305,32	28,63	17,83	6,94	7,21	0,10	2,98		
	Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00		
	Szőlő	404,44	96,76	0,72	0,36	0,00	21,72	0,00	0,01		
	Összesen:	4 418,30	1 013,21	42,60	35,18	8,89	140,35	10,09	5,15		
2023. 09. 20. szerda (00538) Tejmentes 15-18 év	E KarfiolkréMLEVES K* T.M.	506,82	121,25	3,47	7,16	0,81	10,57	0,80	0,82		
	Tarhonyáshús K* D.	3 722,09	890,45	53,00	47,03	13,48	62,71	0,00	2,90		
	Káposztasaláta K*	247,54	59,22	2,12	0,27	0,04	11,99	5,00	0,51		
	Összesen:	4 476,45	1 070,92	58,59	54,46	14,33	85,27	5,80	4,23		





2023. 09. 21. csütörtök (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Csirkebecsinált leves K* D.	814,40	194,83	11,92	11,67	1,76	10,23	0,00	1,18		
		Főtt tojás K*	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28		
		Parajfőzelék K* T.M.	979,58	234,35	7,70	11,04	1,18	25,77	4,00	1,30		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	3 073,18	735,20	36,67	33,12	5,65	70,75	4,75	3,53		
2023. 09. 22. péntek (00538) Tejmentes 15-18 év	E	Gombaleves K* magyaros D.	478,39	114,45	4,67	5,84	0,66	10,62	0,00	0,86		
		Fokhagymás sertéscsík K* D.	1 390,47	332,65	17,65	28,55	9,05	0,89	0,00	1,35		
		Zelleres Burgonyap. K*T.M.	1 194,92	285,87	6,27	5,93	1,45	50,47	2,00	1,93		
		Összesen:	3 063,78	732,97	28,59	40,32	11,16	61,98	2,00	4,14		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

