



Tételes étlap 2021.09.27. - 2021.10.03.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.09.27. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Babgulyás F*	1 579,18	377,80	24,32	17,38	4,19	30,55	0,00	1,77		
		Darás metélt F*	2 659,35	636,21	17,41	10,89	1,40	116,36	18,69	1,15		
		Összesen:	4 238,53	1 014,01	41,73	28,27	5,59	146,91	18,69	2,92		
2021.09.28. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Tárkonyos zöldség leves F*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08		
		Vagdalt F*	1 889,31	451,99	21,65	31,75	9,57	19,21	0,19	1,18		
		Kelkáposzta főzelék F*	1 055,42	252,49	10,24	7,39	0,82	35,64	0,00	1,16		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	0,00	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		
		Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	Összesen:	4 534,71	942,84	44,30	54,91	12,54	100,78	1,00	5,00			
	(00002) Felnőtt B menü	E Tejfölmártás kapros F*	337,39	80,72	1,64	7,20	4,50	2,03	1,98	0,55		
Tárkonyos zöldség leves F*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08				
Panírozott karfiol	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Panírozott gombafej	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98				
Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00				
Összesen:	2 538,69	607,34	15,35	26,50	7,10	74,08	2,79	5,61				





2021.09.29. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Fokhagyma krémleves F*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	2,28		
			Joghurtos csirkemell ragu F*	784,55	187,69	30,01	6,30	2,99	2,55	0,00	1,79		
			Párolt Barna rizs F*	1 942,67	464,75	7,49	14,64	2,04	75,27	0,02	0,52		
			Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10		
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	Összesen:	4 616,54	1 104,43	45,64	34,08	7,28	151,32	0,52	4,80				
2021.09.30. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	1,22		
			Pulyka pörkölt F*	1 149,89	275,09	23,54	17,67	4,25	5,12	0,00	1,49		
			Zöldbabfőzelék F*	1 059,35	253,43	8,51	11,87	3,11	27,44	1,00	1,02		
			Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
			Összesen:	3 533,03	845,22	43,01	36,16	9,25	82,97	1,72	4,70		
(00002) Felnőtt B menü	E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	1,22			
		Cigánypecsenye F*	3 610,07	863,65	19,38	85,12	31,41	3,78	0,00	3,39			
		Pírtott burgonya F*	1 918,62	459,00	10,00	10,08	1,16	80,00	0,00	2,01			
		Összesen:	6 034,87	1 443,75	33,39	100,01	33,60	98,94	0,02	6,62			





2021.10.01. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Frankfurti leves F*	1 476,50	353,23	12,84	24,41	6,85	20,43	1,00	1,83		
		Tiroli rétes meggyes	1 264,45	302,50	4,97	7,59	4,74	42,09	19,07	0,35		
		Tiroli rétes túrós	1 544,93	369,60	9,62	12,00	8,07	41,58	16,68	0,42		
		Összesen:	4 285,88	1 025,33	27,43	44,00	19,66	104,10	36,75	2,60		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

