



Tételes étlap 2023.09.25. - 2023.10.01.

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. 25. hétfő	(00001) Felöltött 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*	2 464,69	589,64	17,26	10,89	1,40	104,96	9,99	1,15		
		Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00		
		Összesen:	4 406,36	1 054,16	41,73	28,27	5,59	156,90	28,68	2,92		
	(00002) Felöltött B menü	E Babgulyás F*	1 579,18	377,80	24,32	17,38	4,19	30,55	0,00	1,77		
		Tejfölös-túrós kalács F*	2 360,67	564,75	20,32	18,98	5,76	77,65	3,41	3,11		
Összesen:		3 939,85	942,55	44,64	36,36	9,95	108,20	3,41	4,88			
2023. 09. 26. kedd	(00001) Felöltött A menü	E Vajgaluska leves F*	503,54	120,46	4,00	4,81	1,59	15,16	0,02	0,20		
		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		
		Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
	Összesen:	3 525,37	843,38	42,97	35,27	9,16	86,36	1,73	3,87			
	(00002) Felöltött B menü	E Vajgaluska leves F*	503,54	120,46	4,00	4,81	1,59	15,16	0,02	0,20		
Csirkemell párizsiasan F*		1 213,80	290,38	33,49	12,06	1,80	11,63	0,00	1,76			
Burgonya petrezselymes F*		1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98			
Összesen:		2 922,27	699,10	44,35	21,13	3,88	81,04	0,02	4,94			





2023. 09. 27. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35		
			Joghurtos csirkemell ragu F*	784,55	187,69	30,01	6,30	2,99	2,55	0,00	1,79	 	
			Bulgur köret F*	1 932,06	462,21	13,57	10,78	1,32	83,79	0,01	3,00		
			Összesen:	3 089,15	739,02	45,44	22,85	4,96	93,52	0,01	6,14		
2023. 09. 28. csütörtök	(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	 	
			Zöldborsós tokány F*	891,99	213,39	22,67	7,54	2,60	13,37	0,00	0,20		
			Tört burgonya F*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,03		
			Uborka saláta (friss)	244,38	58,46	1,40	0,15	0,00	12,80	9,99	0,63		
			Összesen:	2 653,72	634,85	32,97	17,83	4,77	83,77	10,80	2,94		
2023. 09. 29. péntek	(00002) Felnőtt B menü	E	Tárkonyos zöldség leves F*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08	 	
			Sült sertés oldalas	1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	1,43		
			Tört burgonya F*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,03		
			Összesen:	3 504,57	838,41	35,24	50,64	15,47	58,43	0,81	3,54		
2023. 09. 29. 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
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

