





Tételes étlap 2024.09.30. - 2024.10.06.

| Diéta   | Étlap tétel                   | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének  | Fogy. ár |
|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|---|----------|
| 2024. 09. 30.<br>hétfő<br>(00539)<br>Glutén és o.magmentes 7-14 | E Erőleves isk diéta GM.      | 690,28       | 165,14         | 13,15       | 4,06     | 0,35           | 12,11          | 0,00      | 1,19   |   |          |
|   | Bolognai Spagetti I* G.T.M.   | 2 026,53     | 484,82         | 19,61       | 16,08    | 3,35           | 65,53          | 0,12      | 2,42   |   |          |
|   | Tészta köret spagetti I. G.M. | 1 111,50     | 265,91         | 1,28        | 2,88     | 0,26           | 58,40          | 0,00      | 0,29   |   |          |
|   | Szőlő                         | 303,33       | 72,57          | 0,54        | 0,27     | 0,00           | 16,29          | 0,00      | 0,01   |   |          |
|   | Összesen:                     | 4 131,64     | 988,44         | 34,58       | 23,29    | 3,96           | 152,33         | 0,12      | 3,91   |   |          |
| 2024. 10. 01.<br>kedd<br>(00539)<br>Glutén és o.magmentes 7-14  | E Tarhonyaleves isk*G.M.      | 355,62       | 85,08          | 2,25        | 0,43     | 0,05           | 18,10          | 0,08      | 1,89   |    |          |
|   | Majorannás pulyka apróhús I*  | 885,94       | 211,95         | 16,68       | 15,07    | 3,35           | 2,14           | 0,00      | 0,92   |   |          |
|   | Lencsefőzelék I* G.T.M.       | 1 548,81     | 370,53         | 21,68       | 7,14     | 0,63           | 54,32          | 3,54      | 1,00   |   |          |
|   | Abonett 100g                  | 578,51       | 138,40         | 6,00        | 1,32     | 0,24           | 24,00          | 0,44      | 0,32   |    |          |
|   | Összesen:                     | 3 368,88     | 805,96         | 46,61       | 23,96    | 4,27           | 98,56          | 4,06      | 4,13   |   |          |





| 2024. 10. 02.<br>szerda<br>(00539)    |                              | Glutén és o.magmentes 7-14 |        |       |       |      |       |      |      |   |   |   |
|---------------------------------------|------------------------------|----------------------------|--------|-------|-------|------|-------|------|------|---|---|---|
| E                                     | Karfiol leves I* (fehér)TM   | 336,51                     | 80,51  | 1,31  | 6,70  | 0,76 | 3,60  | 0,00 | 1,25 |   |   |   |
|                                       | Sült hal isk                 | 848,29                     | 202,94 | 20,31 | 9,39  | 1,65 | 8,36  | 0,05 | 1,11 |   |   |   |
|                                       | Sárgarépás rizs isk*         | 1 329,17                   | 317,98 | 5,60  | 8,56  | 0,99 | 54,25 | 0,00 | 0,99 |   |   |   |
|                                       | Összesen:                    | 2 513,97                   | 601,43 | 27,22 | 24,65 | 3,40 | 66,21 | 0,05 | 3,35 |   |   |   |
| 2024. 10. 03.<br>csütörtök<br>(00539) |                              | Glutén és o.magmentes 7-14 |        |       |       |      |       |      |      |   |   |   |
| E                                     | Mindent bele zöldségleves I* | 349,94                     | 83,33  | 2,03  | 4,94  | 0,58 | 7,62  | 0,00 | 0,86 |  |  |  |
|                                       | Zöldborsós tokány I*         | 1 097,83                   | 262,64 | 15,79 | 17,02 | 5,96 | 11,45 | 0,05 | 0,17 |  |   |   |
|                                       | Tört burgonya I*             | 783,89                     | 187,53 | 5,00  | 0,40  | 0,05 | 40,00 | 0,00 | 0,76 |   |   |   |
|                                       | Uborka saláta I*             | 166,24                     | 39,77  | 0,97  | 0,09  | 0,00 | 8,72  | 6,99 | 0,72 |   |   |   |
|                                       | Összesen:                    | 2 397,90                   | 573,27 | 23,79 | 22,45 | 6,59 | 67,79 | 7,04 | 2,51 |   |   |   |





|  |   |                                 |          |        |       |       |      |        |       |      |  |  |
|--|---|---------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 2024. 10. 04.<br>péntek<br>(00539)<br>Glutén és o.magmentes 7-14 | E | Frankfurti leves isk*<br>G.T.M. | 923,17   | 220,85 | 7,87  | 13,54 | 3,71 | 15,84  | 0,04  | 1,47 |  |  |
|  |   | Almás rakott tészta*I GM        | 2 417,31 | 578,30 | 7,00  | 11,80 | 1,31 | 109,40 | 20,80 | 0,13 |  |  |
|  |   | Összesen:                       | 3 340,48 | 799,15 | 14,87 | 25,34 | 5,02 | 125,24 | 20,84 | 1,60 |  |  |

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

