



Tételes étlap 2021.10.04. - 2021.10.10.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.10.04. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Erőleves F*	440,33	105,34	5,53	2,75	0,12	14,67	0,02	1,56		
		Bolognai Spagetti F*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11		
		Összesen:	3 642,67	838,59	40,36	39,26	12,04	88,31	0,02	4,67		
2021.10.05. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08		
		Lencsefőzelék F*	1 675,54	400,85	23,03	8,42	0,74	57,75	4,00	1,28		
		Majorannás pulyka tokány	1 587,69	379,83	26,67	26,81	8,56	7,38	0,87	3,20		
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
		Összesen:	4 795,81	1 147,33	61,82	41,88	10,20	128,07	5,85	6,39		
2021.10.05. kedd	(00002) Felnőtt B menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08		
		Húsos rakott zdségtál csőben F	3 588,55	858,50	34,56	52,31	15,61	59,75	2,69	5,43		
		Összesen:	4 318,57	1 033,15	39,62	57,99	16,26	84,97	2,69	6,51		
2021.10.06. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35		
		Bundázott halfilé F*	866,56	207,31	26,09	3,02	1,08	18,81	0,00	1,27		
		Sárgarépás rizs F*	1 720,29	411,55	7,93	8,74	1,02	74,64	0,00	1,18		





2021.10.07. csütörtök		2021.10.08. péntek								
(00001) Felnőtt A menü		(00001) Felnőtt A menü								
(00002) Felnőtt B menü		(00002) Felnőtt B menü								
E	Tartármártás F*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34	
	Összesen:	5 054,38	1 209,17	38,01	70,25	12,49	104,37	3,15	4,14	
E	Lebbencsleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65	
	Almás fahéjas gombóc mir F*	1 204,52	288,16	3,07	9,56	1,06	47,12	24,98	1,37	
	Vaniliasodó aranyg. F*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35	
	Összesen:	2 704,12	549,86	13,66	17,80	3,31	106,96	41,96	3,37	
E	Zöldborsóleves F*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93	
	Gyros fűsz. csirke hús F*	1 249,75	298,98	27,71	19,85	2,45	2,01	0,00	1,39	
	Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51	
	Vegyes friss saláta F*	277,31	66,34	1,61	0,22	0,03	14,19	7,99	0,39	
	Ezersziget jogh. öntet F*	239,39	57,27	1,31	4,76	2,91	2,10	1,16	0,07	
	Összesen:	4 070,99	935,10	46,97	41,95	8,94	99,33	9,17	4,29	
E	Zöldborsóleves F*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93	
	Töltött csirkecomb F*	2 520,78	603,05	58,36	32,72	6,09	17,66	0,33	2,48	
	Vegyes friss saláta F*	277,31	66,34	1,61	0,22	0,03	14,19	7,99	0,39	
	Ezersziget jogh. öntet F*	239,39	57,27	1,31	4,76	2,91	2,10	1,16	0,07	
	Összesen:	3 815,53	912,80	67,88	46,04	9,95	54,68	9,50	3,87	





.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

