









Tételes étlap 2023.10.02. - 2023.10.08.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 10. 02. hétfő	(00193) Glutenmentes	E Olasz zöldségleves LÉ.	2 545,52	608,98	2,00	7,08	0,74	16,63	0,00	3,02		
		Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96		
		Spenót főzelék*G.M.	823,57	197,03	6,26	9,87	1,06	20,58	3,60	1,78		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
		Összesen:	4 426,74	1 059,04	31,76	25,25	4,72	57,61	3,60	8,75		
2023. 10. 03. kedd	(00193) Glutenmentes	E Zöldségleves *mir.* LÉ.	2 481,88	593,75	2,07	5,25	0,53	16,87	0,00	2,95		
		Rakott brokkoli mir.	2 202,58	526,93	36,27	26,61	9,21	34,72	2,31	4,63	 	
		Összesen:	4 684,46	1 120,68	38,34	31,86	9,74	51,59	2,31	7,58		
2023. 10. 04. szerda	(00193) Glutenmentes	E Rántott lev. zsemlekockával LÉ	6 348,37	1 518,75	2,30	10,09	1,12	16,05	20,00	4,02	 	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Sárgarépa-főzelék (friss) LÉ.	1 129,02	270,10	5,91	10,93	1,59	36,19	5,99	3,67		
		Abonett	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,00		
		Összesen:	8 994,90	2 151,89	33,88	31,02	5,56	94,40	25,99	10,84		
2023. 10. 05. csütörtök	(00193) Glutenmentes	E Daragaluska leves LÉ.	591,40	141,48	4,72	7,70	0,82	13,26	0,00	3,00		
		Majorannás aprópecsenye*	1 393,36	333,34	25,28	25,23	5,23	0,89	0,00	1,24		
		Tökfőzelék mir. LÉ.	463,74	110,94	2,33	0,22	0,00	24,53	2,00	2,03		





2023. 10. 05.	(00193)	E	Abonett	430,75	103,05	5,50	0,71	0,09	18,55	0,00	0,00	
			Összesen:	2 879,25	688,81	37,83	33,86	6,14	57,23	2,00	6,27	
2023. 10. 06. péntek	(00193) Glutenmentes	E	Zöldségleves *mir.* LÉ.	2 481,88	593,75	2,07	5,25	0,53	16,87	0,00	2,95	
			Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48	 
			Parolt rizskoret 100. g.	2 038,03	487,57	8,16	15,16	1,75	79,05	0,00	1,98	
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
			Összesen:	6 009,16	1 437,60	42,01	35,97	5,10	117,50	14,60	5,41	
2023. 10. 07. szombat	(00193) Glutenmentes	E	Rizsleves LÉ.	533,45	127,62	2,47	5,84	0,64	16,01	0,00	2,97	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			Meggymártás *mir.* LÉ.	989,02	236,61	1,54	0,94	0,01	53,22	19,98	0,52	
			Abonett	287,16	68,70	3,67	0,47	0,06	12,36	0,00	0,00	
			Összesen:	2 608,47	624,04	32,88	16,97	4,17	82,07	19,98	6,49	
2023. 10. 08. vasárnap	(00193) Glutenmentes	E	Csontleves tésztabetéttel LÉ.	2 346,41	561,34	2,87	1,97	0,00	15,68	0,00	2,95	
			Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60	 
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
			Összesen:	5 249,92	1 255,96	49,78	24,59	8,03	89,49	0,03	9,13	

.....
élelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviselői fórum

