



Tételes étlap 2022.10.17. - 2022.10.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022. 10. 17. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77		
		Chilis bab F*	2 758,35	632,51	28,29	36,64	10,07	53,43	0,00	5,29		
		Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96		
		Összesen:	4 224,77	983,33	42,14	47,50	12,80	100,43	0,00	9,02		
2022. 10. 17. kedd	(00002) Felnőtt B menü	E Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77		
		Harcspörkölt K*	893,64	107,15	21,45	12,01	2,06	4,69	0,00	2,14		
		Galuska köret F*	1 924,89	460,50	17,82	5,42	0,69	84,55	0,00	0,84		
		Összesen:	3 662,97	769,67	47,18	27,51	5,18	108,64	0,00	5,75		
2022. 10. 18. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24		
		Sertés pörkölt F*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
		Tökfőzelék F*	1 008,61	241,30	5,52	11,43	3,10	28,41	2,99	0,89		
		Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
		Összesen:	3 869,44	925,71	34,85	47,74	13,60	86,76	3,72	3,66		
2022. 10. 18. kedd	(00002) Felnőtt B menü	E Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24		
		Rántott csirkemáj F*	2 064,19	493,82	30,71	24,86	4,23	36,22	0,00	0,83		
		Burgonya petrezselymes F*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
		Összesen:	3 775,30	903,18	41,58	33,93	5,75	105,63	0,02	4,05		





2022. 10. 19. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
			Zöldborsós csirkemellcsíkok F.	1 357,08	324,66	35,19	13,63	3,94	14,83	1,60	1,47		
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
			Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
			Összesen:	4 556,62	1 046,30	49,67	33,87	6,22	143,78	11,61	3,44		
2022. 10. 20. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Gyümölcsleves F*	507,51	121,41	0,83	0,35	0,00	28,10	11,39	0,31		
			Főtt burgonya f*	1 058,25	253,17	6,75	0,54	0,07	54,00	0,00	0,62		
			Sárgarépa-mustáros marharagu F	338,19	80,91	0,47	7,67	0,85	2,40	0,00	3,99		
			Összesen:	1 903,95	455,49	8,05	8,56	0,92	84,50	11,39	4,92		
2022. 10. 21. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Zöldbableves F*	456,54	109,22	3,86	4,17	0,42	13,74	0,00	0,99		
			Gyömbéres pulykatokány F*	1 167,32	279,26	22,01	18,00	5,00	6,88	0,50	1,40		
			Tészta köret penne F*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,39		
			Káposztasaláta F*	247,54	59,22	2,12	0,27	0,04	11,99	5,00	0,80		
			Összesen:	1 880,17	449,80	27,99	22,67	5,49	32,61	5,50	3,58		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

