



Tételes étlap 2023.10.16. - 2023.10.22.

| | Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|-------------------------|-------------------------------|-----------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2023. 10. 16. hétfő | (00538) Tejmentes 15-18 év | E Zöldségleves K* D. | 531,25 | 127,09 | 3,28 | 6,01 | 0,65 | 14,59 | 0,00 | 1,57 | | |
| | | Chilis bab K* | 2 752,70 | 631,16 | 28,24 | 36,63 | 10,07 | 53,18 | 0,00 | 5,68 | | |
| | | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,77 | | |
| | | Összesen: | 4 010,77 | 932,13 | 37,77 | 43,45 | 10,95 | 102,04 | 0,75 | 8,02 | | |
| 2023. 10. 17. kedd | (00538) Tejmentes 15-18 év | E Paradicsom leves K* | 1 036,70 | 204,21 | 5,12 | 10,18 | 1,15 | 33,63 | 9,99 | 1,16 | | |
| | | Tejszínes csirkemell K*TM | 1 001,81 | 239,67 | 27,05 | 10,63 | 1,33 | 8,60 | 0,80 | 1,19 | | |
| | | Párolt rizs K*TM | 1 802,38 | 431,19 | 8,07 | 9,59 | 1,11 | 77,65 | 0,00 | 1,00 | | |
| | | Összesen: | 3 840,89 | 875,07 | 40,24 | 30,40 | 3,59 | 119,88 | 10,79 | 3,35 | | |
| 2023. 10. 18. szerda | (00538) Tejmentes 15-18 év | E Zöldbableves K*TM | 437,31 | 104,62 | 3,56 | 4,14 | 0,42 | 12,98 | 0,00 | 0,99 | | |
| | | Gyömbéres sertéstokány K*TM | 1 039,10 | 248,59 | 22,11 | 14,81 | 3,63 | 6,40 | 0,00 | 1,24 | | |
| | | Tészta köret penne K* | 8,77 | 2,10 | 0,00 | 0,23 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | | |
| | | Káposztasaláta K* | 237,13 | 56,73 | 1,84 | 0,25 | 0,03 | 11,42 | 5,00 | 0,53 | | |
| | | Összesen: | 1 722,31 | 412,04 | 27,51 | 19,43 | 4,11 | 30,80 | 5,00 | 3,15 | | |





| 2023. 10. 19. csütörtök (00538) Tejmentes 15-18 év | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|------|--|--|
| E | Tavaszi leves K* D. | 518,03 | 123,93 | 2,97 | 7,77 | 0,86 | 10,13 | 0,00 | 1,62 | | |
| | Sertés pörkölt K* | 1 542,06 | 368,91 | 18,40 | 30,58 | 9,26 | 4,55 | 0,00 | 1,37 | | |
| | Tökfőzelék K*TM | 825,44 | 130,68 | 4,72 | 7,83 | 0,85 | 26,50 | 1,00 | 1,05 | | |
| | Zsemle | 726,82 | 173,88 | 6,25 | 0,81 | 0,23 | 34,27 | 0,75 | 0,77 | | |
| Összesen: | | 3 612,35 | 797,40 | 32,34 | 46,99 | 11,20 | 75,45 | 1,75 | 4,81 | | |
| 2023. 10. 20. péntek (00538) Tejmentes 15-18 év | | | | | | | | | | | |
| E | Gyümölcsleves K*TM | 492,92 | 117,92 | 1,86 | 0,29 | 0,00 | 26,18 | 13,39 | 0,30 | | |
| | Sárgarépa-mustáros s.ragu K | 1 003,89 | 240,16 | 21,47 | 15,77 | 3,73 | 2,80 | 0,00 | 1,25 | | |
| | Burgonya sós *K | 979,87 | 234,42 | 6,25 | 0,50 | 0,06 | 50,00 | 0,00 | 1,01 | | |
| Összesen: | | 2 476,68 | 592,50 | 29,58 | 16,56 | 3,79 | 78,98 | 13,39 | 2,56 | | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

