



Tételes étlap 2022.10.24. - 2022.10.30.

	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. 24. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Gulyásleves marhahússal F*	718,41	171,87	2,82	9,05	1,22	19,15	0,20	2,52		
		Mákos Tészta F*	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	0,91		
		Mák szórát F*	1 127,70	269,78	8,20	15,28	4,00	24,55	14,99	0,02		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	3 917,53	937,21	26,82	33,17	6,37	130,60	15,19	3,47		
2022. 10. 25. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28		
		Vagdalt (Stefania) F*	1 978,19	473,25	21,65	33,61	9,41	20,35	0,20	1,73		
		Zöldbabfőzelék F*	1 059,35	253,43	8,51	11,87	3,11	27,44	1,00	1,02		
		kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		
		Összesen:	4 158,89	994,94	38,98	52,23	13,20	90,26	1,20	4,61		
(00002) Felnőtt B menü	E Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28			
	Húsos Káposzta F*	2 352,95	562,91	24,63	36,23	10,44	33,88	0,00	3,33			
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58			
	Összesen:	3 474,30	831,17	33,45	42,98	11,12	76,35	0,00	5,19			





2022. 10. 26. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E	Karalábéleves F*	372,54	89,12	1,86	5,77	0,65	7,18	0,00	1,35		
			Zöldséges combragu F*	1 217,30	274,79	29,95	13,54	5,41	12,00	2,40	2,95	 	
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
			Összesen:	3 406,46	798,51	39,97	28,97	7,19	97,50	2,42	5,10		
2022. 10. 27. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67	 	
			Csirke aprópecsenye F*	419,31	100,31	0,61	9,42	1,08	3,21	0,02	1,00		
			Burgonya főzelék F*	1 592,51	380,98	8,40	12,31	2,62	57,77	0,66	1,23	 	
			Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
		Összesen:	3 278,26	784,27	20,18	27,17	5,03	110,66	1,38	3,87			
	(00002) Felnőtt B menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67	 	
			Sült csülök F*	121,89	29,16	0,97	0,09	0,00	6,02	0,00	2,96		
			Velesült burgonya F	2 760,13	660,32	11,25	27,60	3,18	89,51	0,07	2,85		
		Összesen:	3 330,85	796,86	16,44	31,32	3,65	109,96	0,07	6,48			
2022. 10. 28. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08	 	
			Borsos tokány F*	1 137,25	272,07	22,05	17,46	3,94	6,32	0,00	1,69		
			Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 	
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
			Összesen:	3 670,32	878,07	42,71	30,35	5,63	107,04	0,00	6,08		





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

