



Tételes étlap 2021.11.29. - 2021.12.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.11.29. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó leves F*	2 301,30	550,55	19,94	32,87	11,76	33,97	0,53	3,24		
		Almás fahéjjas gombóc mir F*	1 204,52	288,16	3,07	9,56	1,06	47,12	24,98	1,37		
		Vaníliásodó aranyg. F*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35		
	Összesen:	4 353,47	944,44	29,85	45,44	14,45	117,93	42,49	4,96			
	(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó gulyás F*	1 960,24	468,96	23,04	24,65	6,36	38,08	0,03	1,36		
		Tejfölös-túrós kalács F*	2 364,55	536,56	20,33	18,98	5,06	77,65	3,41	3,15		
Összesen:		4 324,79	1 005,52	43,37	43,63	11,42	115,73	3,44	4,51			
2021.11.30. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08		
		Sült sertés oldalas	1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	1,43		
		Finomfőzelék F*	1 215,73	242,31	13,05	8,74	1,60	39,22	1,50	1,48		
		Tönköly kenyér	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63		
		Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
	Összesen:	5 130,12	1 178,77	52,64	59,83	17,56	114,12	11,15	8,78			





2021.12.01. 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		
	Joghurtos csirkemell ragu F*	784,55	187,69	30,01	6,30	2,99	2,55	0,00	1,79		
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
	Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
	Összesen:	3 794,65	864,01	43,85	26,38	5,27	122,34	10,01	3,75		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Dubarry csirkemell F*	2 102,49	454,46	35,94	32,06	10,05	17,07	0,00	2,79		
	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
	Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
	Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
	Összesen:	5 112,59	1 130,78	49,78	52,14	12,33	136,86	10,01	4,75		
(00001) Felnőtt A menü											
E	Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77		
	Zöldséges combragu F*	1 415,78	162,63	31,06	17,55	7,89	13,72	4,00	2,99		
	Főtt burgonya f*	1 058,25	253,17	6,75	0,54	0,07	54,00	0,00	1,21		
	Savanyú káposzta	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71		
	Összesen:	3 385,00	633,74	46,60	28,33	10,39	89,84	4,00	7,68		





2021.12.03. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	BrokkolikréMLEVES F*	253,89	60,74	3,24	0,35	0,05	11,08	0,05	0,81	
		Borsos tokány F*	1 218,40	282,72	21,95	18,94	4,19	7,92	0,00	1,76	
		Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	
		Káposztasaláta F*	247,54	59,22	2,12	0,27	0,04	11,99	5,00	0,80	
		Levesgyöngy	184,03	44,03	0,67	3,05	0,37	3,42	0,00	0,08	
		Összesen:	3 649,37	864,29	42,98	29,72	5,69	107,31	5,05	4,36	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

