



Tételes étlap 2022.11.28. - 2022.12.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022. 11. 28. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó gulyás F*	1 960,24	468,96	23,04	24,65	6,36	38,08	0,03	1,36		
		Derelye klf mir.	3 098,38	741,24	19,66	20,83	2,11	115,77	19,98	5,50		
		Vaníliás tejföl F*	644,66	154,23	2,97	13,20	8,25	5,33	5,33	0,11		
	Összesen:	5 703,28	1 364,43	45,67	58,68	16,72	159,18	25,34	6,97			
	(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*	2 363,97	565,54	20,33	18,98	5,06	77,65	3,41	3,15		
Összesen:		4 324,21	1 034,50	43,37	43,63	11,42	115,73	3,44	4,51			
2022. 11. 29. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08		
		Finomfőzelék F*	1 214,76	290,61	13,05	8,74	1,60	39,22	1,50	1,48		
		Rántott csirkeszárny F*	3 430,93	820,79	44,31	51,81	13,88	44,35	0,00	2,27		
		Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96		
	Összesen:	5 997,69	1 434,85	68,36	67,01	16,43	136,39	1,50	5,79			
	(00002) Felnőtt B menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08		
Rántott csirkeszárny F*		3 430,93	820,79	44,31	51,81	13,88	44,35	0,00	2,27			
Tepszis fátvolkrumpli F*		2 586,30	618,73	9,54	37,16	8,67	59,68	2,99	3,07			
Összesen:		6 747,25	1 614,17	58,91	94,65	23,20	129,25	2,99	6,42			





2022. 11. 30. 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	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	Összesen:	3 833,85	873,39	43,99	26,44	5,27	124,30	10,01	3,75		
(00002) Felnőtt B menü											
E	Dubarry pulykamell F*	2 101,52	502,76	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	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	Összesen:	5 150,82	1 188,46	49,92	52,20	12,33	138,82	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*	1 217,30	115,15	29,95	13,54	5,41	12,00	2,40	2,95		
	Főtt burgonya f*	968,44	0,00	6,75	0,54	0,05	49,68	0,00	0,62		
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	Összesen:	3 087,72	330,94	45,21	24,26	7,89	83,68	2,40	8,74		





2022. 12. 02. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	BrokkolikréMLEVES F*	398,63	95,37	4,59	0,45	0,05	18,12	0,05	0,81		
		Borsos tokány F*	1 674,01	400,48	18,55	33,26	9,57	6,22	0,00	1,65		
		Tészta kör. orsó 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		
		Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	4 065,69	972,65	40,26	41,09	10,70	109,23	5,05	4,17		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

