



Tételes étlap 2023.11.27. - 2023.12.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2023. 11. 27. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó leves sertés F*	1 494,79	357,61	23,19	15,48	3,24	30,91	0,28	1,82		
		Túrós derelye *F	2 737,88	655,00	22,98	11,95	1,06	110,55	0,00	1,57		
		Vaníliás tejföl F*	644,66	154,23	2,97	13,20	8,25	5,33	5,33	0,11		
	Összesen:	4 877,33	1 166,84	49,14	40,63	12,55	146,79	5,61	3,50			
	(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó leves sertés F*	1 494,79	357,61	23,19	15,48	3,24	30,91	0,28	1,82		
		Tejfölös-túrós kalács F*	2 360,67	564,75	20,32	18,98	5,76	77,65	3,41	3,11		
Összesen:		3 855,46	922,36	43,51	34,46	9,00	108,56	3,69	4,93			
2023. 11. 28. kedd	(00001) Felnőtt A 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		
		Finomfőzelék F*	1 214,76	290,61	13,05	8,74	1,60	39,22	1,50	1,48		
		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			
Joghurtos káposztasaláta F*		2 214,78	529,85	4,81	47,66	6,18	19,16	2,03	2,36			
Összesen:		6 375,73	1 525,29	54,18	105,15	20,71	88,73	2,03	5,71			





2023. 11. 29. 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		
			Bulgur köret F*	1 932,06	462,21	13,57	10,78	1,32	83,79	0,01	3,00		
			Mandarin	195,98	46,88	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
			Összesen:	3 949,29	900,99	49,40	27,56	5,46	129,77	10,00	5,95		
2023. 11. 30. csütörtök	(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*	1 070,58	80,05	29,14	10,54	3,55	10,80	1,20	2,92		
			Tört burgonya F*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,03		
			Csemege uborka	57,54	13,76	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
			Összesen:	2 952,43	530,25	43,90	21,22	6,04	82,80	1,20	8,12		
2023. 12. 01. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Brokkolikrémleves F*	398,63	95,37	4,59	0,45	0,05	18,12	0,05	0,81		
			Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Borsos tokány F*	1 137,25	272,07	22,05	17,46	3,94	6,32	0,00	1,69		
			Tészta kör. orsó F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
			Lilakáposzta saláta *F	229,75	54,97	2,10	0,27	0,04	10,96	4,00	1,00		
	Összesen:	3 511,14	839,99	43,74	25,29	5,07	108,30	4,05	4,41				





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

