



Tételes étlap 2023.11.27. - 2023.12.03.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 27. hétfő	(00538) Tejmentes 15-18 év	E Sárgaborsó leves sertés K*TM	1 445,21	345,74	22,83	14,90	2,91	29,60	0,00	1,37		
		Krumplis tészta K*	2 339,36	559,65	16,82	13,84	1,78	90,84	0,00	1,96		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	3 842,11	919,16	40,25	28,84	4,69	123,04	0,00	5,73		
2023. 11. 28. kedd	(00538) Tejmentes 15-18 év	E Tarhonyaleves K* D,	527,46	126,19	4,73	0,97	0,12	24,13	0,00	1,27		
		Kakukkfűves apróhús (pulyka)K*	875,19	209,38	20,68	13,23	3,55	1,64	0,00	1,74		
		Finomfőzelék K*T.M.	1 115,28	266,81	9,31	7,22	0,79	40,41	5,49	1,35		
		Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
Összesen:	3 244,75	776,26	40,97	22,23	4,69	100,45	6,24	5,13				
2023. 11. 29. szerda	(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		
		Csirke aprópecsenye K*TM	406,49	97,25	0,53	9,35	1,06	2,60	0,00	0,99		
		Bulgur köret K*	1 932,06	462,21	13,57	10,78	1,32	83,79	0,01	0,54		
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
Összesen:	3 571,23	810,56	19,92	30,61	3,53	129,82	10,00	2,69				





2023. 11. 30. csütörtök (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		
		Zöldséges combragu K*T.M.	921,36	203,99	28,30	7,53	1,69	9,50	0,00	2,49		
		Tört burgonya K*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,01		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	2 490,02	579,27	38,43	14,14	2,40	76,69	0,00	7,47		
2023. 12. 01. péntek (00538) Tejmentes 15-18 év	E	BrokkolikréMLEVES K*TM	225,41	53,93	3,05	0,21	0,01	9,74	0,00	2,97		
		Borsos tokány K*T.T.M.	1 310,79	313,59	22,83	21,66	7,38	6,38	0,00	2,03		
		Tészta köret orsó K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
		Lilakáposzta saláta *K	229,75	54,97	2,10	0,27	0,04	10,96	4,00	1,00		
		Összesen:	3 511,46	840,07	42,98	29,25	8,47	99,98	4,00	6,91		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

