



Tételes étlap 2020.11.30. - 2020.12.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2020.11.30. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Sárgaborsó leves F*	1 696,60	405,89	19,34	22,57	5,76	30,82	0,28	1,78		
		Tejbedara szórattal F*	1 566,41	238,85	12,80	5,04	2,60	69,09	31,97	0,38		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	3 553,84	714,32	32,94		8,36	113,91	32,25	2,18		
2020.11.30. hétfő	(00002) Felnőtt B menü	E Sárgaborsó leves F*	1 696,60	405,89	19,34	22,57	5,76	30,82	0,28	1,78		
		Tejfölös-túrós kalács F*	2 364,55	536,56	20,33	18,98	5,06	77,65	3,41	3,15		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	4 351,98	1 012,03	40,47		10,82	122,47	3,69	4,95		
2020.12.01. 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		
		Összesen:	4 733,02	1 083,77	51,44		16,06	99,02	1,75	8,62		
2020.12.01. kedd	(00002) Felnőtt B menü	E Tarhonyaleves F*	730,02	174,65	5,06	5,68	0,65	25,22	0,00	1,08		
		Zúzapörkölt F*	1 590,86	380,59	29,65	26,52	5,88	5,41	0,02	1,24		
		Galuska köret F*	1 924,89	460,50	17,82	5,42	0,69	84,55	0,00	0,84		
		Összesen:	4 245,77	1 015,74	52,53		7,22	115,18	0,02	3,16		





2020.12.02. szerda													
2020.12.02. 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 Barna rizs F*	1 942,67	464,75	7,49	14,64	2,04	75,27	0,02	0,52		
			Összesen:	3 763,92	856,65	42,62		6,18	111,45	10,01	3,47		
2020.12.02. szerda	(00002) Felnőtt B menü	E	Paradicsom leves F*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
			Dubarry csirkemell F*	2 102,49	454,46	35,94	32,06	10,05	17,07	0,00	2,79		
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
			Összesen:	4 955,81	1 093,27	49,22		12,33	129,02	10,01	4,75		
2020.12.03. 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		
			Reszelt csirkemáj	1 047,19	250,52	24,60	13,86	2,80	6,54	0,00	1,20		
			Burgonya sós féladag F*	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	1,00		
			Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
			Összesen:	2 562,71	613,09	37,36		5,27	59,34	0,00	5,86		
2020.12.03. csütörtök	(00002) Felnőtt B menü	E	Sajtgombóc leves F*	844,44	202,02	7,91	10,08	2,43	19,40	0,00	2,77		
			Sült hurka és kolbász F*	4 502,10	1 077,06	55,91	87,52	29,12	15,59	0,00	7,58		
			Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
			Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
			Összesen:	6 956,19	1 625,35	74,66		34,18	98,69	0,00	12,75		





2020.12.04. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Sütőtökrém leves F*	1 103,75	264,05	3,78	12,60	4,06	33,49	0,74	0,18	 	
		Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10	  	
		Borsos tokány F*	1 710,64	400,48	18,95	33,34	9,58	7,82	0,00	1,77		
		Tészta kör.szarvacska F*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 	
		Káposztasaláta F*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
		Összesen:	5 040,53	1 197,09	40,57		15,17	130,48	5,74	3,79		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

