



Tételes étlap 2023.12.11. - 2023.12.17.

	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. 12. 11. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,47	14,43	0,00	0,67		
		Bolognai Szósz F*	1 436,39	310,78	15,66	27,80	7,79	7,29	0,00	1,07		
		Tészta köret spagetti F*	1 640,26	392,41	15,00	4,33	0,72	72,90	0,00	1,21		
		Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		Összesen:	3 721,46	857,46	35,58	36,06	8,98	104,42	0,00	2,95		
2023. 12. 12. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Karfiol leves F* (fehér)	410,27	98,15	1,91	7,73	0,88	5,05	0,00	2,25		
		Sült csirkecomb (felső) F*	360,08	86,14	0,06	9,33	1,07	0,44	0,01	0,98		
		Burgonyapüré F*	1 517,96	363,15	9,72	8,76	4,02	60,28	0,00	1,14		
		Vegyes friss saláta F*	264,40	63,25	1,47	0,20	0,03	13,63	7,99	0,38		
		Kapros joghurtos öntet F*	970,74	232,23	3,17	4,80	3,10	4,78	4,50	0,53		
		Összesen:	3 523,45	842,92	16,33	30,82	9,10	84,18	12,50	5,28		
2023. 12. 13. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E Lencseleves	1 290,20	308,66	17,73	7,06	0,65	43,16	0,00	1,62		
		Stroganoff sertés ragu F*	1 592,39	380,95	24,85	24,77	5,23	14,18	0,26	2,57		
		Petrezselymes bulgur*F	1 939,67	464,03	13,70	10,79	1,32	84,09	0,01	2,02		
		Összesen:	4 822,26	1 153,64	56,28	42,62	7,20	141,43	0,27	6,21		





2023. 12. 14. csütörtök												
(00001) Felnőtt A menü												
E	Lebbencsleves F*	667,87	159,78	3,87	5,48	0,77	23,25	0,13	1,38			
	Csirkemell párizsiasan F*	1 213,80	290,38	33,49	12,06	1,80	11,63	0,00	1,76			
	Zöldborsófőzelék F**	1 444,12	345,48	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93			
	Rozsos kenyér	607,80	145,41	3,96	0,48	0,06	30,00	0,30	0,90			
	Összesen:	3 933,59	941,05	60,02	27,60	4,13	110,21	3,43	4,97			
2023. 12. 15. péntek												
(00001) Felnőtt A menü												
E	Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28			
	Chilis bab F*	2 760,59	633,05	28,31	36,65	10,07	53,52	0,00	5,29			
	Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96			
	Összesen:	3 910,31	908,10	37,51	43,45	11,01	95,46	0,00	7,53			
(00002) Felnőtt B menü												
E	Zöldségleves F*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,28			
	Marhapörkölt F*	453,68	108,54	0,97	9,47	1,06	4,69	0,00	1,21			
	Tarhonya köret F*	2 160,50	516,87	18,75	14,82	2,07	76,55	0,01	1,26			
	Összesen:	3 141,92	751,66	22,98	30,31	3,77	95,58	0,01	3,75			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

