



Tételes étlap 2023.12.11. - 2023.12.17.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 12. 11. hétfő (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Magyaros burgonyaleves	940,22	224,93	4,63	9,59	1,03	29,33	0,00	3,25		
		Rakott karfiol mirF*	2 104,70	503,52	32,16	24,73	7,84	37,29	1,65	5,34		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajtos tavaszi rolád	680,40	162,78	10,80	13,20	5,59	0,12	0,00	1,80		
		Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72		
	Összesen:	6 303,91	1 508,11	77,23	58,30	19,84	231,75	47,56	20,56			
2023. 12. 12. kedd (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
	T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	E	Becsináltleves	1 088,48	260,40	27,00	3,12	0,78	30,65	0,00	1,07		





2023. 12. 12. kedd (00101) Normál szoc.otthon											
E	Kakaós kalács	3 084,89	738,01	22,04	18,40	5,03	120,44	30,81	0,84		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	7 996,06	1 912,92	79,97	37,72	11,42	308,62	64,51	5,77		
2023. 12. 13. szerda (00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Brokkoli krémleves	651,98	155,98	7,29	7,99	1,84	13,46	0,60	2,05		
	Bácskai rizseshús	2 670,22	638,81	31,39	23,33	4,82	75,05	0,00	3,12		
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Párizsi,baromfi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		





2023. 12. 13.											
2023. 12. 14. csütörtök											
(00101) Normál szoc.otthon											
V	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	7 771,61	1 859,24	68,26	42,37	9,91	296,78	78,04	8,83		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31		
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
	Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72		
T	Müzli szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
E	Paradicsomleves	1 138,55	272,38	6,50	9,02	0,99	40,94	12,49	1,65		
	Brassói aprópecsenye	1 306,88	312,65	29,68	20,63	5,10	1,69	0,00	2,06		
	Pirított burgonya	1 528,07	365,57	7,51	9,88	1,13	60,06	0,00	2,00		
	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	7 520,36	1 799,13	84,96	70,15	20,25	270,26	60,98	20,97		


























2023. 12. 15. péntek (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28			
	Sajtos rúd	2 875,84	688,00	12,54	23,66	16,62	62,58	1,24	3,92			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Lencseleves húsos	2 284,38	546,50	33,57	24,52	6,89	43,37	0,10	1,97			
	Diós metélt	3 217,14	769,65	22,44	31,78	6,81	97,56	19,98	0,63			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tepertőkrém	2 752,72	658,55	10,58	67,31	24,69	1,81	0,00	3,04			
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
	Lilahagyma	49,63	11,87	0,36	0,03	0,00	2,49	0,00	0,01			
	Összesen:	14 055,04	3 362,45	98,55	152,01	57,06	347,31	87,94	11,24			
2023. 12. 16. szombat (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04			
	Kenyer, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
E	Tarhonyaleves	939,08	224,66	4,99	11,14	2,60	25,48	0,00	2,60			





2023. 12. 16. szombat (00101) Normál szoc.otthon												
E	Petrezselymes fasírt	2 799,91	669,83	22,55	49,06	7,24	33,71	0,00	1,87	   		
	Karalábé főzelék *mirelitből*	1 109,01	265,31	7,57	11,92	2,34	31,42	3,80	3,26			
	Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Fokhagymás felvágott	993,17	237,60	6,30	23,34	8,82	0,60	0,30	0,76		
		Kenyer, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:		10 441,34	2 497,92	76,30	106,71	24,84	301,50	34,92	13,68		
2023. 12. 17. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Kenyer, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Csontleves	685,96	164,10	6,26	7,28	0,68	18,24	0,00	1,46	  	
		Rántott csirkemell	1 609,16	384,97	35,01	15,55	2,09	25,80	0,00	2,04	 	
		Rizi-bizi	1 887,09	451,46	9,59	15,21	1,73	68,42	0,00	2,40	 	
		Vágott vegyes savanyúság	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sonka szalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	  	





2023. 12.17	(00101 ,	V	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
			Összesen:	8 970,84	2 146,11	94,40	63,98	10,03	294,91	61,94	15,16	

.....
élelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviselői fórum

