



Tételes étlap 2020.12.14. - 2020.12.20.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2020.12.14. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,31	14,43	0,00	1,45		
		Bolognai Spagetti F*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11		
		Összesen:	3 651,17	840,63	39,05		12,23	88,07	0,00	4,56		
2020.12.15. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Karfiolleves F*	381,39	91,24	2,58	6,04	0,66	6,31	0,01	1,06		
		Gyros fűsz. csirke hús F*	1 354,16	323,96	23,53	24,47	3,62	2,01	0,00	1,44		
		Burgonyapüré F*	1 526,49	326,37	9,74	8,78	2,63	60,30	0,00	1,51		
		Vegyes friss saláta F*	277,31	66,34	1,61	0,22	0,03	14,19	7,99	0,39		
		Ezersziget jogh. öntet F*	239,39	57,27	1,31	4,76	2,91	2,10	1,16	0,07		
		Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00		
Összesen:	4 633,81	1 069,74	44,38		9,85	119,93	9,16	4,47				
2020.12.16. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E Lebbencsleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65		
		Csirkemell párizsiasan F*	1 213,96	282,65	33,49	12,06	1,80	11,63	0,00	1,76		
		Zöldborsófőzelék F**	1 444,89	306,84	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93		
		Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
Összesen:	5 005,95	1 151,00	65,49		4,78	163,61	3,70	5,42				





2020.12.17. csütörtök	(00001) Felnőtt A menü	E	Tárkonyos zöldség leves F*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08	 	
			Stroganoff sertés ragu F*	2 129,15	509,37	21,35	40,57	10,86	14,08	0,26	2,53	   	
			Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
			Összesen:	4 483,25	1 072,55	32,16		14,10	100,00	1,09	5,41		
2020.12.18. péntek	(00001) Felnőtt A menü	E	Gulyásleves F*	1 479,13	353,86	13,80	25,08	6,61	17,48	0,00	1,62		
			Tiroli rétes meggyes	1 264,45	302,50	4,97	7,59	4,74	42,09	19,07	0,35		
			Tiroli rétes túrós	1 544,93	369,60	9,62	12,00	8,07	41,58	16,68	0,42		
			Összesen:	4 288,51	1 025,96	28,39		19,42	101,15	35,75	2,39		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

