



Tételes étlap 2021.12.20. - 2021.12.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.12.20. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Babgulyás F*	1 579,18	377,80	24,32	17,38	4,19	30,55	0,00	1,77		
		Darás metélt F*	2 659,35	636,21	17,41	10,89	1,40	116,36	18,69	1,15	 	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 383,94	1 048,80	42,13	28,67	5,59	153,91	18,69	2,93		
	(00002) Felnőtt B menü	E Babgulyás F*	1 579,18	377,80	24,32	17,38	4,19	30,55	0,00	1,77		
		Virslis kifli F*	2 890,45	691,49	31,30	29,48	8,60	75,49	1,21	3,13	 	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	4 615,04	1 104,08	56,02	47,26	12,79	113,04	1,21	4,91			
2021.12.21. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Fokhagyma krémleves F*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	2,28	 	
		Tarhonyáshús F*	2 519,63	602,78	35,50	23,13	4,96	62,41	0,00	2,34	 	
		Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	3 358,91	803,57	40,80	32,36	6,75	85,83	0,50	7,02		
	(00002) Felnőtt B menü	E Fokhagyma krémleves F*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	2,28	 	
		Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Töltött káposzta F*		2 163,24	517,52	22,93	29,44	8,62	39,58	0,00	2,94	 		
Összesen:		2 944,98	704,54	27,63	38,57	10,41	60,40	0,50	5,22			





2021.12.22. szerda (00001) Felnőtt A menü	E	Zöldborsóleves F*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93		
		Kakukkfűves Csirkemell F*	1 487,47	89,79	41,98	19,70	3,68	2,24	0,00	1,46		
		Tört burgonya, hagymás F*	1 282,04	306,71	6,41	7,94	0,91	51,08	0,00	2,98		
		Káposztasaláta F*	247,54	59,22	2,12	0,27	0,04	11,99	5,00	0,80		
		Összesen:	3 795,10	641,86	57,11	36,25	5,55	86,04	5,02	6,17		
2021.12.23. csütörtök (00001) Felnőtt A menü	E	Csontleves tésztabetéttel F*	448,83	107,38	4,22	3,63	0,31	14,43	0,00	1,45		
		Bundázott halfilé F*	866,56	207,31	26,09	3,02	1,08	18,81	0,00	1,27		
		Párolt rizs F*	1 816,62	434,60	8,16	9,66	1,13	78,32	0,02	0,80		
		Tartármártás F*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34		
		Összesen:	5 227,00	1 250,48	40,60	69,03	12,26	115,30	3,17	3,86		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

