



Tételes étlap 2022.02.28. - 2022.03.06.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.02.28. hétfő	(00001) Felnőtt A menü	E Lencseleves húsos F*	1 474,83	352,83	21,60	11,47	1,81	40,27	0,00	1,42		
		Aranygaluska F*	3 130,62	589,47	22,49	24,97	6,41	107,65	23,49	0,77	    	
		Vaniliasodó aranyg. F*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35	     	
		Összesen:	5 453,10	1 048,03	50,93	39,45	9,85	184,76	40,47	2,54		
2022.03.01. kedd	(00001) Felnőtt A menü	E Gombaleves F*	547,19	130,91	2,61	8,31	2,16	11,18	0,68	1,08	  	
		Csirkemell sajtmártással*F	919,92	195,81	27,89	7,93	2,77	9,04	0,50	0,48	 	
		Mexikói párolt rizs F*	1 573,93	376,54	8,11	7,86	0,91	67,75	0,02	0,80		
		Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
		Összesen:	3 422,87	794,61	40,11	25,00	5,84	104,92	1,20	2,38		
2022.03.02. szerda	(00001) Felnőtt A menü	E Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24	   	
		Fűszeres sertéstokány F*	927,48	217,50	11,40	17,23	5,43	5,02	0,00	0,95		
		Tészta kör.szarvacská 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:	3 429,76	816,13	32,41	29,42	7,53	105,07	5,02	2,93		





<b>2022.03.02.</b> szerda (00002) Felnőtt B menü	E	Vajgaluska leves F*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	0,24		
		Bolognai rakott burgonya K*	3 251,52	745,02	29,15	51,03	15,64	48,76	0,99	2,01		
		Összesen:	3 757,70	866,12	33,16	55,84	16,67	63,92	1,01	2,25		
<b>2022.03.03.</b> csütörtök (00001) Felnőtt A menü	E	Lebbencsleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65		
		Sertés aprópecsenye F*	1 480,38	354,16	18,10	29,62	9,17	3,44	0,02	1,49		
		Finomfőzelék F*	1 215,73	242,31	13,05	8,74	1,60	39,22	1,50	1,48		
		Magvas kenyér	807,58	193,20	7,04	1,51	0,32	36,67	0,87	1,13		
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
		Összesen:	4 476,52	1 022,41	43,14	47,90	11,71	113,93	6,39	5,75		
<b>(00002)</b> Felnőtt B menü	E	Lebbencsleves F*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65		
		Spenótos túrós csirkemell F*	2 060,17	492,86	40,05	35,24	15,22	3,26	1,42	2,47		
		Pírtott burgonya F*	1 918,62	459,00	10,00	10,08	1,16	80,00	0,00	2,01		
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
		Összesen:	4 951,62	1 184,60	55,00	53,35	17,00	117,86	5,42	6,13		





2022.03.04. péntek (00001) Felnőtt A menü	E	Karfiolkrémleves F*	611,67	136,63	4,21	9,65	2,45	10,47	0,68	0,86	 	
		Tarhonyáshús F*	3 011,87	720,54	32,50	37,53	10,35	62,31	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:	3 681,08	870,94	37,31	47,28	12,80	75,38	0,68	5,60		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

