



Tételes étlap 2024.09.16. - 2024.09.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 16. hétfő	(00484) Gyermek (15-18 év)	E Bolognai spagetti	2 279,58	545,35	34,64	20,07	8,05	55,88	0,00	1,75		
		Zöldbableves	695,05	166,28	4,96	7,41	0,87	19,74	0,05	0,07		
		Összesen:	2 974,63	711,63	39,60	27,48	8,92	75,62	0,05	1,82		
2024. 09. 17. kedd	(00484) Gyermek (15-18 év)	E Sóskamártás	1 816,83	434,65	8,98	18,34	4,56	56,99	29,97	0,12		
		Főtt burgonya fél adag	587,92	140,65	3,75	0,30	0,04	30,00	0,00	0,11		
		Húsleves főtt hússal	1 968,48	470,93	26,29	30,17	10,50	23,05	0,05	0,48		
		Rántott párizsi	2 337,14	559,12	15,25	43,93	8,99	25,03	0,00	2,25		
		Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
Összesen:	6 931,88	1 658,34	54,67	93,04	24,09	147,07	30,02	2,97				
2024. 09. 18. szerda	(00484) Gyermek (15-18 év)	E Vegyes köret isk	1 859,40	444,83	7,89	14,48	1,68	69,76	0,04	0,03		
		Barackkal sült pulyka ovi	996,68	238,44	15,89	11,56	2,79	17,37	8,40	0,22		
		Gombaleves (friss) isk	840,15	200,99	5,93	11,37	2,91	18,55	0,05	0,27		
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		Összesen:	3 783,48	905,13	29,95	37,65	7,38	109,88	8,49	0,53		





2024. 09. 19. csütörtök (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Karalábéleves	819,08	195,95	4,83	11,35	2,90	18,48	0,05	3,10	 	
		Brassói aprópecsenye	3 062,84	732,74	23,70	42,19	11,67	62,52	0,00	2,01		
		Sült burgonya	1 330,70	318,35	6,25	9,78	1,12	50,00	0,00	2,98		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
		Összesen:	5 371,85	1 285,13	35,57	63,38	15,69	139,35	4,85	8,83		
2024. 09. 20. péntek (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Párolt rizs	1 882,38	450,33	6,55	18,88	2,18	63,09	0,02	1,00		
		Vegyes gyümölcsleves	891,95	213,39	2,29	4,26	2,03	40,51	24,98	0,50	 	
		Panírozott halrudak isk	1 039,84	248,77	9,30	14,78	1,06	18,20	0,00	0,00		
		Tartármárt/kész majonézből/isk	1 161,25	277,81	1,32	28,48	5,52	3,68	2,00	0,11	   	
		Összesen:	4 975,42	1 190,30	19,46	66,40	10,79	125,48	27,00	1,61		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

