



Tételes étlap 2024.09.16. - 2024.09.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 09. 16. hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Bolognai spagetti	1 866,62	446,56	20,55	15,15	6,12	55,74	3,25	1,16		
	Zöldbableves	561,35	134,29	3,07	7,10	0,81	14,38	2,05	2,96		
	Összesen:	2 427,97	580,85	23,62	22,25	6,93	70,12	5,30	4,12		
2024. 09. 17. kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Sóskamártás mir. gluténm. ovi	637,52	152,52	3,02	8,88	2,53	14,40	7,49	0,16		
	Főtt burgonya ovi fél	548,72	131,27	3,50	0,28	0,04	28,00	0,00	0,11		
	Húsleves főtt hússal LÉ.	1 787,61	427,66	22,76	29,25	10,30	17,72	0,80	0,44		
	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	Corn flake-s bund. sült párizs	2 043,68	488,92	8,46	40,47	8,44	21,98	0,00	1,84		
	Összesen:	5 239,04	1 253,36	38,14	79,18	21,31	94,10	8,29	2,56		





2024. 09. 18. szerda (00613) Gyermekek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Barackos pulyka gluténm. ovi	1 073,59	256,84	15,70	12,59	2,91	19,76	10,08	0,43		
		Vegyes köret ovi	1 262,78	302,10	6,22	5,94	0,69	55,13	0,00	0,22		
		Gombaleves	662,36	158,46	4,64	7,13	0,83	18,81	0,05	0,21		
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		Összesen:	3 085,98	738,27	26,80	25,90	4,43	97,90	10,13	0,87		





2024. 09. 19. csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Karalábéleves	751,32	179,74	2,77	9,67	3,31	19,81	1,00	0,19		
		Brassói aprópecsenye (friss)ovi	2 310,16	552,67	15,95	34,82	9,09	42,43	0,00	1,46		
		Sült burgonya	938,76	224,58	3,75	9,58	1,09	30,00	0,00	1,98		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74		
		Összesen:	4 159,47	995,08	23,26	54,13	13,49	100,59	5,80	4,37		





2024. 09. 20. péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Vegyes gyüm.lev. gluténm. ovi	535,67	128,15	1,19	2,66	1,23	24,30	14,99	0,21		
		Párolt rizs	1 097,22	262,49	4,15	9,51	1,10	39,84	0,02	0,50		
		Natúr hal bölcs. tej-toj.m.	471,23	112,73	14,87	5,41	0,65	1,01	0,00	0,25		
		Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	1,44		
		Összesen:	2 138,64	511,63	20,57	17,64	2,98	66,71	15,01	2,40		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

