



### Tételes étlap 2024.09.30. - 2024.10.06.

	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. 30. hétfő	(00484) Gyermek (15-18 év)	E Brokkoli krémleves	754,76	180,57	5,16	14,27	4,64	7,81	0,05	3,05		
		Svéd húsgombóc + áfonyalekvár	4 727,89	1 131,07	29,34	86,50	23,58	50,17	24,92	0,83		
		Tört burgonya 200 g	924,23	221,11	5,00	4,11	0,47	40,00	0,00	2,97		
		Összesen:	6 406,88	1 532,75	39,50	104,88	28,69	97,98	24,97	6,85		
2024. 10. 01. kedd	(00484) Gyermek (15-18 év)	E Marhapörkölt	1 367,69	327,20	23,91	17,00	1,67	6,19	0,00	0,27		
		Narancs	155,80	37,27	0,54	0,18	0,00	7,65	0,00	0,01		
		Zeller krémleves	629,26	150,54	3,18	10,87	2,89	9,72	0,05	3,07		
		Tarhonya köret isk	1 825,64	436,76	15,30	13,78	1,88	62,36	0,00	1,61		
Összesen:	3 978,39	951,77	42,93	41,83	6,44	85,92	0,05	4,96				
2024. 10. 02. szerda	(00484) Gyermek (15-18 év)	E Egresleves	819,60	196,08	2,13	4,22	2,03	36,42	24,98	0,50		
		Rizi-bizi	1 595,04	381,59	9,41	9,84	1,14	63,42	0,05	0,12		
		Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,00	0,99	0,00	1,79		
		Reszelt csirkemáj isk	836,68	200,16	16,60	12,38	2,22	5,34	0,00	1,14		
Összesen:	3 279,92	784,67	28,72	26,50	5,39	106,17	25,03	3,55				





2024. 10. 03. csütörtök (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Sajtos pulykamell	896,29	214,42	24,95	12,31	4,89	0,70	0,00	1,24		
		Zöldbabfőzelék	1 393,97	333,48	10,12	19,36	5,08	29,04	0,02	0,06		
		Csontleves tésztabetéttel isk	390,89	93,51	4,46	2,81	0,15	12,89	0,05	0,28		
		Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05		
		Összesen:	3 076,04	735,88	40,70	34,57	10,12	64,41	0,07	1,63		
2024. 10. 04. péntek (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Tejszínes, tonhalas tészta	1 998,52	478,12	28,32	16,46	7,33	53,37	0,22	0,90		
		Karfiollevés	818,29	195,76	5,48	11,55	2,93	17,39	0,05	3,04		
		Összesen:	2 816,81	673,88	33,80	28,01	10,26	70,76	0,27	3,94		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

