



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 (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E Pulykasült	851,84	203,79	16,43	15,04	3,35	0,44	0,00	3,08		
	Paradicsomos káposzta	1 536,74	367,64	10,18	10,60	1,11	56,90	11,99	1,79		
	Csirkeragu leves	632,21	151,25	18,85	5,58	0,74	5,97	0,00	0,24		
	Összesen:	3 020,79	722,68	45,46	31,22	5,20	63,31	11,99	5,11		
2024. 10. 01. kedd (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E Lencseleves	1 233,94	295,20	14,98	9,97	2,59	36,22	2,05	0,15		
	Szőlő	202,22	48,38	0,36	0,18	0,00	10,86	0,00	0,00		
	Tejszínes, kukoricás, pulyka	1 434,34	343,14	23,24	20,33	8,10	16,61	0,36	0,50		
	Jázmin rizs	1 143,53	273,57	3,67	8,92	1,01	43,70	0,00	3,54		
Összesen:	4 014,03	960,29	42,25	39,40	11,70	107,39	2,41	4,19			












2024. 10. 02. szerda (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Póréhagymás burgonyakréMLEVES	887,49	212,32	3,46	12,34	6,04	21,46	0,00	0,62	
		Lasagne	2 747,58	657,32	41,81	27,05	9,09	46,35	0,00	2,46	
		Összesen:	3 635,07	869,64	45,27	39,39	15,13	67,81	0,00	3,08	





2024. 10. 03. csütörtök (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Fahéjas szilvaleves	929,59	222,39	2,17	4,13	2,03	43,53	26,41	0,52	 	
		Palermói csirkemell	1 362,31	325,91	24,19	19,44	4,13	13,28	0,04	1,71	   	
		Burgonyapüré	1 444,35	345,54	9,67	8,90	3,10	55,33	0,00	3,17		
		Összesen:	3 736,25	893,84	36,03	32,47	9,26	112,14	26,45	5,40		





2024. 10. 04. péntek (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Gulyásleves	2 087,36	499,37	25,27	23,80	4,50	34,29	0,05	0,74		
		Sajtos pulykamell	896,29	214,42	24,95	12,31	4,89	0,70	0,00	1,24		
		Körte	132,91	31,80	0,24	0,18	0,00	7,20	0,00	0,00		
		Vegyes köret	1 840,89	440,40	7,77	14,39	1,65	68,88	0,00	0,02		
		Összesen:	4 957,45	1 185,99	58,23	50,68	11,04	111,07	0,05	2,00		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

