



Tételes étlap 2024.10.07. - 2024.10.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 10. 07. hétfő (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Zöldborsóleves	801,33	191,71	6,68	9,94	1,12	18,56	0,05	0,22		
	Csirkepörkölt LÉ, TM	1 882,88	450,45	51,24	23,89	4,44	7,13	0,02	0,59		
	Tészta köret gluténmentes	1 420,07	339,73	1,60	4,41	0,42	73,00	0,00	0,10		
	Összesen:	4 104,28	981,89	59,52	38,24	5,98	98,69	0,07	0,91		
2024. 10. 08. kedd (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mentes	E Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
	Gulyásleves	2 068,99	494,97	23,97	23,50	4,42	35,06	0,55	0,68		
	Lencsefőzelék	2 957,52	707,54	40,02	15,40	1,38	101,39	3,00	3,21		
	Vagdalt	1 838,05	439,73	11,05	42,32	8,30	3,21	0,02	0,60		
Összesen:	6 951,81	1 663,11	75,28	81,46	14,10	143,86	3,57	4,50			





2024. 10. 09. szerda (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Sült csirkecomb	704,91	168,64	20,99	8,92	1,73	0,89	0,00	4,17		
		Káposzta saláta	95,38	22,82	1,10	0,17	0,02	4,04	0,00	0,12		
		Almaleves	689,32	164,91	1,09	0,29	0,03	38,78	24,98	0,99		
		Burgonyapüré	1 245,47	297,96	6,27	7,50	1,96	50,04	0,00	3,08		
		Összesen:	2 735,08	654,33	29,45	16,88	3,74	93,75	24,98	8,36		





2024. 10. 10. csütörtök (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej menté	E	Bácskai rizseshús ovi	2 078,36	497,21	20,37	23,97	6,21	52,30	0,00	4,14		
		Káposzta saláta	95,38	22,82	1,10	0,17	0,02	4,04	0,00	0,12		
		Zöldségleves	534,43	127,85	2,09	5,30	0,62	17,72	0,55	0,24		
		Összesen:	2 708,17	647,88	23,56	29,44	6,85	74,06	0,55	4,50		





2024. 10. 11. péntek (00612) Gyermek (7-10 , 11-14év) Tej mente	E	Fejtett bableves	1 400,27	334,99	14,05	17,39	4,74	30,74	0,07	1,96		
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 977,94	712,43	8,09	3,24	0,31	160,71	56,13	0,26		
		Összesen:	4 378,21	1 047,42	22,14	20,63	5,05	191,45	56,20	2,22		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

