



## "B" menü összetételi lista, részletes menü

### Tételes étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 12. 02. hétfő (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Erdei gyümölcsleves	936,99	224,16	2,49	7,06	3,71	36,99	19,98	0,10		
		Csirkepaprikás	1 270,60	303,97	26,95	17,95	3,92	8,36	0,02	0,30		
		Tészta köret	1 850,76	442,76	15,00	9,90	1,36	72,90	0,00	5,54		
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		Összesen:	4 145,60	991,76	44,68	35,15	8,99	122,45	20,00	5,95		
2024. 12. 03. kedd (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Zöldségkrém leves	980,44	234,56	3,97	17,16	4,79	15,84	0,05	3,18		
		Gyros	893,78	213,82	25,87	7,47	1,19	3,77	0,00	0,23		
		Sült burgonya	1 330,70	318,35	6,25	9,78	1,12	50,00	0,00	2,98		
		Tzatziki	1,94	0,46	0,03	0,01	0,01	0,05	0,00	0,00		
		Összesen:	3 206,86	767,19	36,12	34,42	7,11	69,66	0,05	6,39		





## "B" menü összetételi lista, részletes menü

2024. 12. 04. szerda (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Pulykaragu	1 158,69	277,20	24,82	18,85	4,60	1,72	0,00	0,40		
		Karfiollevés	818,29	195,76	5,48	11,55	2,97	17,39	0,05	3,01	 	
		Tökfőzelék (friss)	1 864,51	446,06	7,61	25,09	5,30	46,61	9,99	0,07	 	
		Összesen:	3 841,49	919,02	37,91	55,49	12,87	65,72	10,04	3,48		





## "B" menü összetételi lista, részletes menü

2024. 12. 05. csütörtök (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)													
E	Levesgyöngy	460,08	110,07	1,67	7,63	0,93	8,55	0,00	0,21				
	Burgonya krémleves	921,33	220,41	3,69	13,86	4,53	19,83	0,05	2,00				
	Hawaii pulykamell	1 633,38	390,76	27,61	22,76	7,60	17,99	5,30	0,47				
	Jázmin rizs	1 143,53	273,57	3,67	8,92	1,01	43,70	0,00	3,54				
	Összesen:	4 158,32	994,81	36,64	53,17	14,07	90,07	5,35	6,22				
2024. 12. 06. péntek (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)													
E	Hamburger	1 846,69	441,79	19,98	20,43	0,59	41,43	3,45	1,24				
	Sült burgonya	1 330,70	318,35	6,25	9,78	1,12	50,00	0,00	2,98				
	Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	2,80	0,43				
	Almalé 0,2 literes 100 %-os	313,40	74,98	0,00	0,00	0,00	18,20	0,00	0,00				
	Összesen:	3 581,51	856,82	26,65	30,29	1,71	114,43	6,25	4,65				

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
diétetikus

