







"B" menü összetételi lista, részletes menü

| Tételes étlap 2024.12.09. - 2024.12.15. | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|--|
| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsvav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár | |
| 2024. 12. 09. hétfő (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.) | E Almaleves | 885,94 | 211,95 | 1,90 | 4,11 | 2,06 | 40,86 | 24,98 | 0,49 | | | |
| | Pulykasült isk | 851,84 | 203,79 | 16,43 | 15,04 | 3,35 | 0,44 | 0,00 | 3,08 | | | |
| | Burgonya főzelék | 1 787,92 | 427,73 | 10,13 | 16,25 | 3,89 | 59,08 | 0,00 | 0,12 | | | |
| | Összesen: | 3 525,70 | 843,47 | 28,46 | 35,40 | 9,30 | 100,38 | 24,98 | 3,69 | | | |
| 2024. 12. 10. kedd (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.) | E Sütötök krémleves | 1 107,08 | 264,85 | 3,72 | 14,96 | 6,73 | 28,55 | 0,00 | 2,06 | | | |
| | Pírtott burgonya | 1 330,70 | 318,35 | 6,25 | 9,78 | 1,12 | 50,00 | 0,00 | 2,98 | | | |
| | Cole - slaw saláta | 1 865,20 | 446,22 | 4,85 | 38,37 | 9,03 | 19,33 | 4,05 | 0,37 | | | |
| | Grillezett csirkemell | 666,22 | 159,38 | 22,53 | 6,92 | 0,92 | 1,57 | 0,00 | 0,17 | | | |
| Összesen: | 4 969,20 | 1 188,80 | 37,35 | 70,03 | 17,80 | 99,45 | 4,05 | 5,58 | | | | |





"B" menü összetételi lista, részletes menü

| | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|------|------|---|--|
| 2024. 12. 11. szerda (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.) | E | Karalábéleves | 819,08 | 195,95 | 4,83 | 11,35 | 2,95 | 18,48 | 0,05 | 3,08 |   | |
| | | Uborkás csirkeragu | 831,21 | 198,85 | 20,74 | 10,94 | 3,36 | 4,11 | 0,50 | 0,84 |   | |
| | | Párolt rizs | 1 882,38 | 450,33 | 6,55 | 18,88 | 2,18 | 63,09 | 0,02 | 0,98 | | |
| | | Összesen: | 3 532,67 | 845,13 | 32,12 | 41,17 | 8,49 | 85,68 | 0,57 | 4,90 | | |





"B" menü összetételi lista, részletes menü

| 2024. 12. 12. csütörtök (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.) | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|--|
| E | Paradicsom leves | 1 053,42 | 252,01 | 5,73 | 7,77 | 0,92 | 39,45 | 14,99 | 0,78 | | | |
| | Carbonare spagetti | 5 342,56 | 1 278,12 | 47,76 | 73,55 | 33,82 | 104,77 | 0,00 | 3,08 | | | |
| | Banán | 351,02 | 83,98 | 1,04 | 0,08 | 0,00 | 19,36 | 0,00 | 0,04 | | | |
| | Reszelt sajt isk | 621,77 | 148,75 | 11,08 | 11,24 | 7,14 | 0,64 | 0,00 | 0,60 | | | |
| Összesen: | | 7 368,77 | 1 762,86 | 65,61 | 92,64 | 41,88 | 164,22 | 14,99 | 4,50 | | | |
| 2024. 12. 13. péntek (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.) | | | | | | | | | | | | |
| E | Zöldbableves | 735,67 | 176,00 | 4,00 | 10,96 | 2,84 | 15,15 | 2,05 | 2,95 | | | |
| | Sült csirkemell | 673,65 | 161,16 | 17,29 | 9,98 | 1,23 | 0,35 | 0,00 | 1,12 | | | |
| | Jázmin rizs | 952,94 | 227,98 | 3,06 | 7,43 | 0,85 | 36,42 | 0,00 | 2,95 | | | |
| | Sült zöldség mix | 1,84 | 0,44 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,00 | 0,02 | | | |
| Összesen: | | 2 364,10 | 565,58 | 24,37 | 28,37 | 4,92 | 52,00 | 2,05 | 7,04 | | | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

