



## Tételes étlap 2024.07.01. - 2024.07.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024.07.01. hétfő	(00002)	Előfizetéses ebéd	E Gulyásleves	1 166,67	278,21	18,63	11,01	2,61	25,67	0,00	1,56		
			Túrógombóc van.tejföllel	2 073,21	495,98	22,94	459,77	8,24	98,21	5,99	1,32		
			Összesen:	3 239,88	774,19	41,57	470,78	10,85	123,88	5,99	2,88		
2024.07.02. kedd	(00002)	Előfizetéses ebéd	E Köményleves zsemlekockával	504,23	120,03	2,33	9,52	0,57	13,72	0,00	1,00		
			Panírozott halrudacsok	1 102,40	263,73	14,88	8,80	0,00	29,12	0,00	0,00		
			Főtt burgonya	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,01		
			Tartármártás	1 238,42	296,27	1,05	31,95	5,61	0,77	0,00	0,08		
			Összesen:	3 824,92	914,45	24,51	50,77	6,24	93,61	0,00	2,09		
2024.07.03. szerda	(00002)	Előfizetéses ebéd	E Tarhonyaleves	644,84	152,68	3,99	3,26	0,35	26,77	0,00	1,23		
			Rakott sárgarépa	2 010,19	480,91	22,61	23,09	7,23	45,04	0,00	1,86		
			Görögdinnye	780,62	186,75	3,00	1,20	0,00	39,00	0,00	0,07		
			Összesen:	3 435,65	820,34	29,60	27,55	7,58	110,81	0,00	3,16		





2024. 07. 04. csütörtök (00002)	Előfizetéses ebéd	E	Kertészleves	242,41	57,40	3,98	0,46	0,02	9,17	0,00	1,04		
			Paprikás csirke	1 616,22	386,66	36,09	21,96	6,03	10,61	0,00	1,53		
			Tészta	1 514,72	362,37	10,63	7,77	0,74	62,05	0,00	0,99		
			Multivitaminos gyümölcslé	480,37	114,92	0,40	0,00	0,00	26,40	0,00	0,00		
			Összesen:	3 853,72	921,35	51,10	30,19	6,79	108,23	0,00	3,56		
2024. 07. 05. péntek (00002)	Előfizetéses ebéd	E	Csontleves	572,93	136,17	6,25	1,66	0,17	21,38	0,00	1,75		
			Tejfölös burgonya főzelék	1 474,30	352,70	8,12	11,20	3,68	53,60	0,00	1,04		
			Sertésvagdalt	875,20	209,38	16,81	11,26	2,77	9,95	0,00	1,59		
			Őszibarack	257,99	61,72	1,05	0,15	0,00	13,50	0,00	0,01		
			Összesen:	3 180,42	759,97	32,23	24,27	6,62	98,43	0,00	4,39		

.....  
élelmezésvezető

