



Tételes étlap 2024.05.27. - 2024.06.02.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 27. hétfő	(00002)	Előfizetéses ebéd	E Köményleves zsemlekockával	504,23	120,03	2,33	9,52	0,57	13,72	0,00	1,00		
			Rakott húsos tészta	2 999,57	717,60	37,37	31,60	11,27	70,02	0,00	1,54		
			Multivitaminos gyümölcslé	480,37	114,92	0,40	0,00	0,00	26,40	0,00	0,00		
			Összesen:	3 984,17	952,55	40,10	41,12	11,84	110,14	0,00	2,54		
2024. 05. 28. kedd	(00002)	Előfizetéses ebéd	E Lebbencsleves	574,23	135,78	3,48	3,22	0,35	23,20	0,00	1,23		
			Paradicsom mártás	855,65	159,38	3,65	7,61	0,91	31,95	11,99	1,00		
			Húsgombóc	779,71	186,53	16,37	6,33	2,14	15,81	0,00	1,29		
			Müzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	1,20	11,60	4,00	0,08		
Összesen:	2 530,47	558,46	24,70	19,96	4,60	82,56	15,99	3,60					
2024. 05. 29. szerda	(00002)	Előfizetéses ebéd	E Zöldségleves	174,50	41,15	2,09	0,44	0,00	7,04	0,00	1,52		
			grízgaluskával	354,42	84,79	2,34	2,91	0,98	12,21	0,00	0,00		
			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:	3 849,61	920,36	26,61	44,60	6,65	99,14	0,00	2,61					





2024. 05. 30. csütörtök (00002)	Előfizetéses ebéd	E	Kelbimbó leves	695,24	165,73	5,40	11,19	3,62	10,82	0,00	1,08		
		Bazsalikomos csirkemell	1 149,97	275,11	37,24	13,46	4,85	1,04	0,00	1,07			
		Rizi-bizi	1 587,47	379,78	9,20	7,83	0,89	67,60	0,00	1,00			
		Uborka saláta	126,19	30,19	0,86	0,09	0,00	6,46	5,00	0,03			
		Összesen:	3 558,87	850,81	52,70	32,57	9,36	85,92	5,00	3,18			
2024. 05. 31. péntek (00002)	Előfizetéses ebéd	E	Jókai bableves	2 020,22	482,71	25,70	25,61	9,09	37,13	0,00	3,30		
		Nudli lekvárral	3 134,16	749,80	17,13	9,82	1,06	144,54	31,28	1,33			
		Banán	526,53	125,96	1,56	0,12	0,00	29,04	0,00	0,07			
		Összesen:	5 680,91	1 358,47	44,39	35,55	10,15	210,71	31,28	4,70			

.....
élelmezésvezető

