



Tételes étlap 2024.05.20. - 2024.05.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 21. kedd	(00121) Általános iskola 7-14 éves*	E Gulyásleves	933,34	222,57	14,90	8,81	2,09	20,54	0,00	1,25		
		Meggyes mákos piskóta	1 242,27	297,19	5,42	8,42	1,24	44,80	25,84	0,07		
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,60		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	2 898,87	692,79	25,04	18,43	3,33	100,26	25,84	1,94		
2024. 05. 22. szerda	(00121) Általános iskola 7-14 éves*	E Karalábéleves	690,19	164,64	4,46	9,01	2,94	16,28	0,00	0,98		
		Panírozott halrudacsok	881,92	210,98	11,90	7,04	0,00	23,30	0,00	0,00		
		Párolt rizs	1 266,91	303,09	5,76	6,16	0,72	55,80	0,00	0,80		
		Tartármártás	990,74	237,02	0,84	25,56	4,49	0,62	0,00	0,06		
		Összesen:	3 829,76	915,73	22,96	47,77	8,15	96,00	0,00	1,84		





2024. 05. 23. csütörtök (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Paradicsom leves	656,46	125,62	3,68	4,17	0,52	27,32	7,99	0,87		
		Mustáros csirkemell	875,80	209,04	25,79	8,24	2,97	7,82	0,00	1,06		
		Burgonyapüré	1 045,69	250,17	5,97	6,22	1,84	41,51	0,00	0,91		
		Uborka saláta	100,95	24,15	0,69	0,07	0,00	5,17	4,00	0,02		
		Összesen:	2 678,90	608,98	36,13	18,70	5,33	81,82	11,99	2,86		
2024. 05. 24. péntek (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Jókai bableves	1 616,18	386,17	20,56	20,49	7,27	29,70	0,00	2,64		
		Sajtos pogácsa	1 957,21	468,23	11,82	31,02	10,06	35,01	0,00	1,26		
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,60		
		Összesen:	4 005,82	957,85	36,30	51,91	17,33	85,63	0,00	4,50		

.....
 ételmezésvezető

