



Tételes étlap 2018.10.29. - 2018.11.04.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2018.10.29. hétfő	(00485) Szociális EBÉD	E Tárkonyos pu.raguleves	1 245,49	297,96	20,40	17,64	5,10	12,55	0,81	2,54		
		Burgonyás tészta	2 369,74	566,92	14,39	18,10	2,16	85,30	0,34	0,42		
		Összesen:	3 615,23	864,88	34,79		7,26	97,85	1,15	2,96		
2018.10.30. kedd	(00485) Szociális EBÉD	E Olaszos zöldségleves	674,63	161,40	4,45	7,57	0,86	19,81	0,50	2,58		
		Zúzapörkölt	1 029,87	246,38	21,11	16,11	3,88	2,96	0,06	2,37		
		Pírtott tarhonya	1 877,49	449,16	11,30	15,28	1,59	66,07	0,00	2,46		
		Uborka saláta	112,35	26,88	1,06	0,11	0,00	5,39	3,60	0,43		
		Graham kenyér	431,49	103,23	2,80	0,36	0,00	21,85	0,27	0,12		
		Összesen:	4 125,83	987,05	40,72		6,33	116,08	4,43	7,96		
2018.10.31. szerda	(00485) Szociális EBÉD	E Paradicsomleves	722,69	172,89	3,75	5,46	0,61	26,97	10,99	2,50		
		Mészáros tokány	1 408,75	317,82	19,15	26,93	8,68	2,81	0,09	2,79		
		Kelkáposztafőzelék	1 067,84	255,46	8,05	10,88	1,21	30,82	0,00	2,08		
		Körte	443,03	105,99	0,80	0,60	0,00	24,00	0,00	0,01		
		Tkő. kenyér	306,54	72,99	2,49	0,49	0,00	14,48	0,10	0,05		
		Összesen:	3 948,85	925,15	34,24		10,50	99,08	11,18	7,43		





2018.11.01. csütörtök	(00485) Szociális EBÉD	E	Bfi.aprólék leves	729,08	174,42	22,34	3,05	0,71	12,54	0,11	3,57		
			Rántott sertésszelet	996,08	238,30	24,03	12,21	3,37	9,85	0,55	2,70		
			Krokkett	1 122,24	268,48	3,09	14,80	2,08	30,41	0,00	0,07		
			Őszibarack befőtt	495,49	118,54	0,68	0,00	0,00	28,62	18,90	0,01		
			Cukrászsütemény	3 314,00	792,82	6,00	24,50	0,00	129,50	0,00	0,00		
			Összesen:	6 656,89	592,56	56,14		6,16	210,92	19,56	6,35		
2018.11.02. péntek	(00485) Szociális EBÉD	E	Almaleves	676,25	143,86	1,83	2,17	0,87	33,03	17,98	1,98		
			Sült hurka	1 086,80	260,00	18,94	14,30	12,22	13,12	0,00	1,37		
			Burgonyapüré	1 281,11	306,49	8,14	0,66	0,09	64,13	0,09	1,82		
			Összesen:	3 044,16	710,35	28,91		13,18	110,28	18,07	5,17		
2018.11.03. szombat	(00485) Szociális EBÉD	E	Burgonyaleves	787,90	188,49	3,94	6,90	0,78	26,28	0,05	2,21		
			Tejfölöshús	1 678,90	382,45	19,17	32,15	10,19	7,12	0,09	2,45		
			Penne tészta	1 284,26	307,24	11,34	2,62	0,41	59,13	0,36	1,18		
			Összesen:	3 751,06	878,18	34,45		11,38	92,53	0,50	5,84		





2018.11.04. vasárnap (00485) Szociális EBÉD	E	Tyúkhúsleves	495,43	118,52	8,99	2,79	0,64	13,20	0,06	2,43		
		Töltött káposzta	2 393,99	572,73	38,37	37,34	12,96	18,53	0,09	2,35		
		Zott puding poharas	954,62	228,38	6,74	7,96	0,00	31,94	0,00	0,00		
		Graham kenyér	431,49	103,23	2,80	0,36	0,00	21,85	0,27	0,12		
		Összesen:	4 275,53	1 022,86	56,90			13,60	85,52	0,42	4,90	

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Élelmezésvezet

.....
Tagintézmény-vezet

.....
Dietetikus

