



Tételes étlap 2024.11.18. - 2024.11.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 11. 18. hétfő (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Tészta köret (klf.) 100g x	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	2,09		
	Magyaros gombaleves	1 386,36	331,67	8,90	19,67	2,33	29,27	0,00	1,57		
	Vadas p.com /ragu/	1 720,57	379,44	24,76	21,76	6,10	27,42	5,99	1,99		
	Összesen:	4 852,44	1 128,69	48,66	48,54	9,47	129,59	5,99	5,65		
2024. 11. 19. kedd (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Gulyásleves	1 885,94	451,18	17,38	24,75	6,41	36,59	0,00	2,41		
	Túrós metélt*	2 954,19	706,74	23,55	40,10	14,04	62,07	0,00	3,18		
	Összesen:	4 985,54	1 192,71	41,33	65,25	20,45	105,66	0,00	5,60		
2024. 11. 20. szerda (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Brokkolikrémleves*	2 290,97	548,08	10,66	30,15	11,38	57,40	2,50	11,42		
	Rántott hal *sütőben sütvé	1 098,90	262,89	10,27	10,41	0,53	30,26	0,00	0,00		
	Burgonyapüré 200 g	1 426,85	214,27	6,74	15,15	4,25	39,53	0,00	1,76		
	Összesen:	4 816,72	1 025,24	27,67	55,71	16,16	127,19	2,50	13,18		





2024. 11. 21. csütörtök (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók												
E	Meggyleves mir. rögz.	1 265,12	302,66	3,36	4,59	2,11	60,69	39,96	0,50			
	Pirított csirkemáj	1 497,35	358,22	40,83	16,81	3,96	10,45	0,00	1,83			
	Párolt rizsköret 100g.*	1 704,30	407,73	8,08	6,81	0,80	77,96	0,00	1,69			
	Összesen:	4 466,77	1 068,61	52,27	28,21	6,87	149,10	39,96	4,02			
E	Zöldségleves mir.	408,53	97,74	3,52	3,59	0,43	12,12	0,00	2,76			
	Paprikás burgonya kolb.*	2 833,86	502,04	22,42	26,28	7,21	80,25	0,00	3,23			
	Savanyú uborka *	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
	Összesen:	3 299,93	613,55	26,54	29,97	7,64	94,97	0,00	8,39			

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

