



### Tételes étlap 2024.12.16. - 2024.12.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 12. 16. 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		
		Pirított tésztaleves * Rögz.	1 036,56	247,98	7,11	5,97	0,75	38,40	0,00	2,12		
		Sertés pörkölt*	1 873,71	448,26	21,69	38,06	11,28	4,16	0,00	1,69		
		Savanyú uborka *	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96		
		Összesen:	4 678,80	1 119,33	44,04	51,18	13,07	116,50	0,00	6,86		
2024. 12. 17. kedd	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Májgaluska leves*	1 035,47	247,72	15,17	7,80	1,32	28,53	0,00	3,04		
		Tejbenrizs-szórás*	2 198,20	525,88	19,17	6,63	3,55	96,76	24,98	1,53		
		Banán*	219,39	52,48	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03		
		Összesen:	3 453,06	826,08	34,99	14,48	4,87	137,39	24,98	4,60		
2024. 12. 18. szerda	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Grízgombóclevés*	445,19	106,50	4,24	1,61	0,41	18,04	0,00	2,70		
		Sült csirkecomb	1 855,46	443,89	62,81	20,27	4,46	2,01	0,00	3,17		
		Burgonyapüré 200 g	1 426,85	214,27	6,74	15,15	4,25	39,53	0,00	1,76		
		Összesen:	3 727,50	764,66	73,79	37,03	9,12	59,58	0,00	7,63		





2024. 12. 19. csütörtök	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Tejszínes csirkeragu*	1 074,05	256,95	21,03	14,92	3,84	8,28	0,00	1,89		
			Almaleves mir *	1 242,62	297,28	3,47	4,44	2,24	59,39	29,97	0,52		
			Párolt rizsköret 100g.*	1 704,30	407,73	8,08	6,81	0,80	77,96	0,00	1,69		
			Összesen:	4 020,97	961,96	32,58	26,17	6,88	145,63	29,97	4,10		
2024. 12. 20. péntek	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Eszterházi pulykaragu rögz.	1 326,49	317,34	23,36	19,48	5,84	11,72	0,00	1,71		
			Tészta köret (klf.) 100g x	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	2,09		
			Zöldborsóleves mir.*	861,17	206,02	7,56	10,24	1,15	19,94	0,00	2,75		
			Összesen:	3 933,17	940,94	45,92	36,83	8,03	104,56	0,00	6,55		

Fodor Mihály

Szabó Orsolya

Nagy Mónika

.....

.....

.....

Élelmezési

Vezető

Gazdaságvezető

osztályvezető

dietetikus

