



Tételes étlap 2025.10.13. - 2025.10.19.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 10. 13. hétfő	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Sajtkrémleves	2 399,80	359,73	21,32	42,31	15,41	26,32	0,00	2,79		
			Almamártás mir.*	1 066,80	255,21	5,90	4,63	2,34	46,46	9,99	1,01		
			Sült csirkecomb	1 855,46	443,89	62,81	20,27	4,46	2,01	0,00	3,17		
			Összesen:	5 322,06	1 058,83	90,03	67,21	22,21	74,79	9,99	6,97		
2025. 10. 14. kedd	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Bakonyi Tarhonya leves	1 010,99	241,82	10,35	5,97	2,36	35,80	0,00	2,90		
			Sajtos tészta	2 642,10	167,69	21,30	27,01	9,81	75,19	0,00	2,19		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 798,50	444,30	32,05	33,38	12,17	117,99	0,00	5,10		
2025. 10. 15. szerda	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Tarhonyaleves*	1 286,37	307,63	9,26	6,87	1,82	49,93	1,20	3,00		
			Paprikás burg. virsli *	3 097,34	740,99	25,75	30,48	9,13	85,70	2,40	4,05		
			Savanyú uborka *	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96		
			Összesen:	4 406,73	1 054,13	35,25	37,39	10,95	136,67	3,60	8,01		





2025. 10. 16. csütörtök (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Zöldségleves mir.	408,53	97,69	3,52	3,59	0,43	12,12	0,00	2,76		
		Paradicsom mártás *	1 931,88	462,17	7,18	19,48	2,26	63,97	29,97	2,37		
		Húsgombóc (normál) *	1 324,50	316,87	16,60	19,90	7,00	17,11	0,00	2,43		
		Összesen:	3 664,91	876,73	27,30	42,97	9,69	93,20	29,97	7,56		
2025. 10. 17. péntek (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Zöldborsóleves mir.*	824,01	197,09	6,86	10,20	1,15	18,54	0,00	2,75		
		Bakonyi sertés apró	2 102,38	502,96	25,97	37,56	11,69	14,63	0,00	1,66		
		Tészta köret (klf.) 100g x	1 956,01	467,94	15,00	12,68	1,68	72,90	0,00	2,09		
		Összesen:	4 882,40	1 167,99	47,83	60,44	14,52	106,07	0,00	6,50		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

