



Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 03. 30. hétfő	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Burgonyaleves tejfölös*	1 707,43	408,43	8,38	18,44	3,76	50,04	1,20	2,70		
		Csikós tokány*	2 260,60	540,81	20,74	46,65	15,40	8,82	0,00	5,45		
		Tészta köret (klf.) 100g x	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	2,09		
		Összesen:	5 713,54	1 366,82	44,12	72,20	20,20	131,76	1,20	10,24		
2026. 03. 31. kedd	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Orosházi tányéros leves*	1 832,49	438,34	16,97	27,82	7,83	28,27	0,64	2,82		
		Darásmetélt ízzel*	3 585,29	857,73	20,89	13,28	1,98	162,58	45,64	2,10		
		Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	5 563,19	1 330,86	38,26	41,50	9,81	197,85	46,28	4,93		
2026. 04. 01. szerda	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E Almaleves mir *	1 242,62	297,28	3,47	4,44	2,24	59,39	29,97	0,52		
		Párizsi csirkecomb*	3 633,82	869,33	57,38	60,67	8,96	22,42	0,00	2,10		
		Mexikói rizs*	2 096,39	501,53	11,93	11,92	1,11	85,67	0,00	1,50		
		Összesen:	6 972,83	1 668,14	72,78	77,03	12,31	167,48	29,97	4,12		





2026. 04. 02. csütörtök (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók												
E	Grízgombócleves*	445,19	106,44	4,24	1,61	0,41	18,04	0,00	2,70			
	Finomfőzelék *mir.*	1 250,58	299,18	11,21	10,72	1,57	38,79	5,00	7,21			
	Szárnyasvagdalt*	1 249,15	298,84	17,04	16,27	3,28	20,71	0,96	3,35			
	Piskóta szelet 25g	348,40	0,00	1,88	2,37	1,12	13,51	9,18	0,03			
Összesen:		3 293,32	704,46	34,37	30,97	6,38	91,05	15,14	13,29			
2026. 04. 03. péntek (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók												
E	Hamisgulyásleves *	1 299,48	310,81	7,46	12,16	1,53	41,07	0,80	2,71			
	Zöldborsós pulykaragu rögz.	2 646,25	633,08	48,56	38,06	8,42	23,09	0,00	0,36			
	Párolt rizsköret 100g.*	1 704,30	407,73	8,08	6,81	0,80	77,96	0,00	1,69			
Összesen:		5 650,03	1 351,62	64,10	57,03	10,75	142,12	0,80	4,76			

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

