Tételes étlap 2026.11.30. - 2026.12.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 11. 30. hétfő	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	**E**	Köménymag leves	707,55	169,27	3,34	9,86	1,19	16,57	3,13	2,68	1,9	
			Pirított zsemlekocka natúr	1 252,65	299,68	3,95	18,20	0,00	27,75	0,00	0,00		
			Almamártás mir.*	1 066,80	255,02	5,90	4,63	2,34	46,46	11,90	1,01	1,7	
			Húsgombóc (normál) *	1 318,70	315,48	16,60	19,90	7,01	17,11	0,45	2,43	3,9,(1)	
			Összesen:	4 345,70	1 039,45	29,79	52,59	10,54	107,89	15,48	6,12		
2026. 12. 01. kedd	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	**E**	Májgaluska leves*	856,85	204,99	14,12	7,62	1,51	19,96	1,29	3,07	1,3,9	
			Tejbendara szórás *0,3l	1 828,71	437,49	17,73	6,83	3,71	75,75	46,18	1,03	1,7	
			Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
			Összesen:	3 124,33	747,45	33,15	14,55	5,22	119,91	47,47	4,16		
2026. 12. 02. szerda	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	**E**	Hamisgulyásleves *	1 226,47	293,41	6,54	11,99	1,49	39,08	2,69	2,13	1,3,9	
			Zöldborsófőzelék mir. rögz.	2 165,76	518,12	19,34	25,03	3,18	52,83	6,87	1,58	1,7	
			Szárnyasvagdalt*	1 249,15	298,84	17,04	16,27	3,28	20,71	1,30	3,35	1,3,(6),(7),(10),(11)	
			Nápolyi*	83,63	20,01	0,26	1,13	0,39	2,17	1,08	0,01	1,(3),(5),(6),(7),(8)	
			Összesen:	4 725,01	1 130,38	43,18	54,42	8,34	114,79	11,94	7,07		
2026. 12. 03. csütörtök	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	**E**	Szilvaleves*	1 057,28	252,74	4,19	5,24	2,13	46,37	25,80	0,99	1,7	
			Pásztortarhonya	3 621,17	866,31	42,53	37,99	12,72	87,04	4,02	3,60	1,3,9	
			Savanyuság csalamádé *	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)	
			Összesen:	4 720,03	1 129,00	47,27	43,33	14,85	135,11	29,82	5,03		

2026. 12. 04. péntek	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	**E**	Fejtett bableves *mir.*	1 219,18	291,67	11,39	10,28	1,27	38,04	1,37	2,76	1,3,9	
			Édes savanyú pulykaragu *7-10é	1 586,71	379,60	18,13	12,54	3,05	57,42	46,11	2,30	(1),(3),(6),(7),(12)	
			Párolt rízsköret 100g.*	1 702,85	407,38	8,08	6,81	0,80	77,96	0,27	1,69	9,(1)	
			Összesen:	4 508,74	1 078,65	37,60	29,63	5,12	173,42	47,75	6,75		

Fodor Mihály
.....
Élelmezési osztályvezető

Szabó Orsolya
.....
Vezető

Nagy Mónika
.....
Gazdaságvezető dietetikus