



Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2024. 04. 29. hétfő (00089) Savio Iskolai dolgozók | E Rántott sajt * | 3 879,77 | 570,87 | 30,76 | 75,19 | 21,00 | 31,01 | 0,00 | 2,47 | | |
| | Burgonyaleves magyaros* | 1 189,92 | 284,67 | 6,10 | 9,81 | 1,16 | 39,02 | 0,00 | 1,95 | | |
| | Párolt rizsköret A | 1 712,40 | 409,66 | 8,13 | 6,82 | 0,80 | 78,10 | 0,00 | 2,28 | | |
| | Tartármártás* | 1 317,04 | 315,08 | 1,27 | 32,16 | 5,61 | 4,76 | 3,00 | 1,59 | | |
| | Összesen: | 8 099,13 | 1 580,28 | 46,26 | 123,98 | 28,57 | 152,89 | 3,00 | 8,29 | | |
| 2024. 04. 30. kedd (00089) Savio Iskolai dolgozók | E Nyírségi húsgombócleves | 1 518,88 | 363,37 | 14,34 | 27,68 | 8,09 | 10,59 | 0,00 | 2,64 | | |
| | Káposztás kocka | 2 183,41 | 236,59 | 12,41 | 20,07 | 2,23 | 72,01 | 5,00 | 3,08 | | |
| | Alma * | 145,41 | 34,79 | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| | Összesen: | 3 847,70 | 634,75 | 27,15 | 48,15 | 10,32 | 89,60 | 5,00 | 5,73 | | |
| 2024. 05. 02. csütörtök (00089) Savio Iskolai dolgozók | E Karalábéleves (mirelitből)* | 677,20 | 162,01 | 5,44 | 5,85 | 0,73 | 21,42 | 0,00 | 2,16 | | |
| | Sült csirkecomb | 1 410,59 | 337,46 | 46,09 | 16,11 | 3,42 | 1,61 | 0,00 | 2,98 | | |
| | Burgonyapüré 200 g | 1 426,85 | 214,27 | 6,74 | 15,15 | 4,25 | 39,53 | 0,00 | 1,76 | | |
| | Befőtt Kf.* | 180,55 | 43,19 | 0,15 | 0,15 | 0,00 | 10,10 | 7,30 | 0,00 | | |
| | Összesen: | 3 695,19 | 756,93 | 58,42 | 37,26 | 8,40 | 72,66 | 7,30 | 6,90 | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|--|---|------------------|----------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| 2024. 05. 03. péntek (00089) Savio Iskolai dolgozók | E | Húsleves | 543,62 | 28,28 | 5,78 | 2,63 | 0,21 | 20,27 | 0,00 | 2,94 | | |
| | | Almamártás mir.* | 1 066,80 | 255,21 | 5,90 | 4,63 | 2,34 | 46,46 | 9,99 | 1,01 | | |
| | | Párolt szelet * | 1 354,59 | 324,07 | 17,61 | 27,65 | 8,94 | 0,81 | 0,00 | 2,63 | | |
| | | Kecsiz telercs* | 1 457,51 | 344,91 | 6,10 | 6,83 | 3,44 | 65,27 | 32,63 | 0,55 | | |
| | | Összesen: | 4 422,52 | 952,47 | 35,39 | 41,74 | 14,93 | 132,81 | 42,62 | 7,13 | | |

Fodor Mihály
.....

Szabó Orsolya
.....

Nagy Mónika
.....

Élelmezési
osztályvezető

Vezető

dietetikus
Gazdaságvezető

