



Tételes étlap 2025.03.17. - 2025.03.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 03. 17. hétfő	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Zöldborsóleves mir.*	861,17	206,02	7,56	10,24	1,15	19,94	0,00	2,75		
			Burgonya főzelék	2 204,21	527,32	9,82	23,31	4,34	64,48	5,00	1,50		
			Szárnyasvagdalt	1 533,23	366,80	25,24	20,07	4,53	20,87	0,00	3,36		
			Nápolyi*	83,63	20,01	0,26	1,13	0,39	2,17	1,08	0,01		
			Összesen:	4 682,24	1 120,15	42,88	54,75	10,41	107,46	6,08	7,62		
2025. 03. 18. kedd	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Húsgombóclevés	1 046,25	243,12	13,47	15,72	5,43	9,88	0,00	3,04		
			Sajtos metélt*	2 903,53	551,70	26,30	31,66	11,87	75,30	0,00	2,91		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		V	Paprikás burgonya kolb.*	2 833,86	502,04	22,42	26,28	7,21	80,25	0,00	3,23		
			Savanyú uborka *	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
			Összesen:	6 986,59	1 345,42	63,19	74,16	24,51	175,03	0,00	11,59		
2025. 03. 19. szerda	(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Szilvaleves*	1 093,54	261,61	4,19	4,24	2,13	50,57	24,98	1,00		
			Párolt szelet *	1 354,59	324,07	17,61	27,65	8,94	0,81	0,00	2,63		
			Rizi-bizi mir. 100gr*	1 858,55	444,63	11,07	6,98	0,80	83,75	0,00	1,50		
			Összesen:	4 306,68	1 030,31	32,87	38,87	11,87	135,13	24,98	5,13		





2025. 03. 20. csütörtök (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	 	
		Karalábéleves (mirelitből)*	806,77	193,01	7,11	6,22	0,73	26,33	0,00	2,32	   	
		Borsos tokány*	1 703,67	407,58	18,82	33,31	9,60	7,60	0,00	1,70		
	V	Rizseshús*	2 833,53	677,88	25,83	27,96	8,99	79,91	0,00	1,66		
		Savanyú uborka *	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	7 147,02	1 709,82	67,36	74,70	20,36	189,34	0,00	10,17		
2025. 03. 21. péntek (00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók	E	Paradicsom leves *rögz.	1 195,43	285,99	6,12	10,49	1,20	41,42	14,99	2,43	   	
		Rántott sertésszelet*	3 185,09	761,98	31,02	57,47	9,10	29,27	0,00	2,15	 	
		Párolt rizsköret 100g.*	1 704,30	407,73	8,08	6,81	0,80	77,96	0,00	1,69	 	
		ALMA BEFŐTT	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	6 084,82	1 455,70	45,22	74,77	11,10	148,65	14,99	6,27		

Kukla Imréné
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

