



Tételes étlap 2025.11.17. - 2025.11.23.

	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. 11. 17. hétfő	(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		
			Magyaros gombaleves 7-10év	1 035,52	247,68	8,90	10,38	1,27	29,27	0,00	1,57		
			Vadas p. ragu 7-10év	1 755,94	420,08	25,04	22,08	6,10	28,52	5,99	2,09		
			Összesen:	4 536,97	1 085,34	48,94	39,57	8,41	130,69	5,99	5,75		
2025. 11. 18. kedd	(00089) Ovi, Isi, kolesz dolgozók	E	Gulyásleves 7-10év	1 277,69	305,62	12,32	15,03	4,16	28,97	0,56	1,68		
			Túrós csusza tepertő*	2 929,01	700,72	30,75	29,60	12,22	77,00	0,00	2,83		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		V	Carbonaras tészta*	2 491,57	239,77	25,83	25,95	7,75	63,37	0,00	4,06		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	6 989,09	1 315,69	69,70	71,38	24,13	183,34	0,56	8,59		
2025. 11. 19. szerda	(00089) Ovi, Isi, kolesz dolgozók	E	Brokkolikrémleves*7-10év	2 244,24	536,90	10,27	30,09	11,36	55,49	6,00	10,62		
			Rántott hal 7-10év	1 098,90	262,89	10,27	10,41	0,53	30,26	0,00	0,00		
			Burgonyapüré 7-10év	1 416,54	211,80	6,74	14,75	4,26	42,73	1,60	1,76		
			Összesen:	4 759,68	1 011,59	27,28	55,25	16,15	128,48	7,60	12,38		





2025. 11. 20. csütörtök		(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók											
	E	Zöldborsóleves mir.*7-10év	861,17	205,98	7,56	10,24	1,15	19,94	0,00	2,75	  		
		Paradicsom mártás *7-10év	1 931,88	462,17	7,18	19,48	2,26	63,97	29,97	2,37	 		
		Húsgombóc (normál) *7-10év	1 682,80	402,58	20,65	24,73	8,72	23,53	0,00	2,46	  		
	V	Hamburger*	4 447,69	921,12	64,01	47,48	18,26	102,08	16,50	4,79	     		
		Összesen:	8 923,54	1 991,85	99,40	101,93	30,39	209,52	46,47	12,37			
2025. 11. 21. péntek		(00089) Ovi,Isi, kolesz dolgozók											
	E	Snidl. burg.gombócl.7-10év	1 007,65	219,52	7,94	0,92	0,37	48,10	1,20	2,85	   		
		Zöldborsós rizseshús 7-10év	3 181,12	761,03	28,15	33,72	9,63	85,24	0,00	1,67			
		Összesen:	4 188,77	980,55	36,09	34,64	10,00	133,34	1,20	4,52			

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

