



Tételes étlap 2021.03.01. - 2021.03.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 03. 01. hétfő	(01080) Diab 20-40-20 É-P	E	Zöldségleves	312,28	74,71	2,32	3,30	1,02	12,22	0,00	1,49		
			Pulyka pörkölt	336,95	80,61	1,78	3,94	0,41	9,42	1,32	1,51		
			Főtt burgonya	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,40		
			Összesen:	1 041,18	249,09	6,60		1,46	41,64	1,32	3,40		
2021. 03. 02. kedd	(01080) Diab 20-40-20 É-P	E	Daragaluska leves	326,88	78,20	1,59	3,97	1,06	12,26	0,00	1,97		
			Vagdalt sertés	1 162,34	278,07	9,83	19,22	4,47	16,17	0,00	1,50		
			Paradicsomos káposzta Diab	433,65	103,74	3,40	3,51	0,36	14,07	0,02	0,21		
			Összesen:	1 922,87	460,01	14,82		5,89	42,50	0,02	3,68		
2021. 03. 03. szerda	(01080) Diab 20-40-20 É-P	E	Sárgabarack krémleves	255,53	61,13	1,46	2,30	1,24	8,39	0,13	0,50		
			Sült csirkecomb	1 049,29	251,02	35,53	11,60	2,53	0,85	0,00	0,40		
			Petrezselymes burgonya	732,59	175,26	4,03	3,08	0,34	32,06	0,00	0,21		
			Csalamádé	58,21	13,93	0,77	0,14	0,00	2,38	0,00	0,62		
			Összesen:	2 095,62	501,34	41,79		4,11	43,68	0,13	1,73		





2021. 03. 04. csütörtök (01080) Diab 20-40-20 É-P	E	Brokkolileves	235,32	56,30	2,18	2,23	0,65	6,08	0,00	0,75	 	
		Mexikói pulykaragu	1 049,26	251,02	20,61	12,60	3,24	13,59	0,00	1,66	  	
		Bulgur	562,56	134,58	3,84	3,05	0,30	24,32	0,00	0,49		
		Összesen:	1 847,14	441,90	26,63		4,19	43,99	0,00	2,90		
2021. 03. 05. péntek (01080) Diab 20-40-20 É-P	E	Tavaszi leves	307,50	73,57	1,92	4,07	0,47	7,82	0,00	0,35	 	
		Lencsefőzelék diab	1 195,61	286,03	14,48	8,91	1,84	31,95	0,03	0,25	   	
		Főtt virsli	484,67	115,95	6,25	10,00	3,83	0,10	0,00	0,75		
		Összesen:	1 987,78	475,55	22,65		6,14	39,87	0,03	1,35		

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk
Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezési osztályvezető

.....
Vezető dietetikus

.....
Gazdaságvezető

