

LE TIL ART KFT FŐZŐKONYHA

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

| | | hétfő | | | kedd | | | csütörtök | | | péntek | | |
|------------------|-----------------------------------|---|------------------|----------|--|-------------------|----------|---|----------|----------|---|---------|----------|
| Reggeli | (00023) Korányi Kollégium (15-18) | Tej UHT 1,5% 1l-es, Túrós batyú | | | Citromos tea 15-18, Teljes kiörlésű kenyér, Tojásrántotta | | | Citromos tea 15-18, Debreceni, Mustár vödörös, Teljes kiörlésű kenyér | | | Tejbedara szóráttal 15-18 | | |
| | | Energia: 516,48 Kcal / 2 158,89 Kj | | | Energia: 290,67 Kcal / 1 215,00 Kj | | | Energia: 367,85 Kcal / 1 537,61 Kj | | | Energia: 316,86 Kcal / 1 324,47 Kj | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 20,97 g | 26,66 g | 9,28 g | 15,57 g | 18,92 g | 3,58 g | 18,92 g | 23,55 g | 8,02 g | 13,76 g | 5,67 g | 2,95 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 47,56 g | 0,00 g | 1,76 g | 17,44 g | 13,99 g | 0,36 g | 22,89 g | 13,99 g | 2,97 g | 52,33 g | 13,99 g | 0,01 g | | |
| 1,7,(3),(6),(12) | | | 1,3 | | | 1,10,(6),(7),(12) | | | 1,7 | | | | |
| Ebéd | (00023) Korányi Kollégium (15-18) | Karfioleves, magyaros 15-18, Tejszínes csirkemell 15-18, Tészta köret 15-18 | | | Rántott leves zskockával 15-18, Fasír 15-18, Párolt zöldség, Burgonya, petrezselymes 15-18 | | | Almaleves 15-18, Hagymás törtburgonya 15-18, Rántott csirkemellfilé | | | Palócleves 15-18, Mákos metélt 15-18, Alma | | |
| | | Energia: 706,57 Kcal / 2 953,46 Kj | | | Energia: 850,50 Kcal / 3 555,09 Kj | | | Energia: 717,94 Kcal / 3 000,99 Kj | | | Energia: 901,34 Kcal / 3 767,60 Kj | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 33,96 g | 31,32 g | 7,63 g | 30,49 g | 36,70 g | 5,65 g | 14,29 g | 21,10 g | 4,29 g | 33,26 g | 32,82 g | 6,78 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 71,41 g | 0,05 g | 2,49 g | 98,82 g | 0,08 g | 7,09 g | 114,97 g | 19,98 g | 4,00 g | 116,63 g | 20,03 g | 5,01 g | | |
| 1,7,9 | | | 1,3,(6),(7) | | | 1,7 | | | 1,3,7 | | | | |
| Vacsora | (00023) Korányi Kollégium (15-18) | Burgonyás tészta 15-18, Vegyesvágott-vitamin saláta | | | Banán, Túró Rudi, Pizza szalámis, Bukta | | | Tarthonyáshús 15-18, Csemege uborka | | | Minidzsem 25g-os, különféle, Kifli, Alma, Joghurt poharas | | |
| | | Energia: 454,30 Kcal / 1 898,97 Kj | | | Energia: 471,54 Kcal / 1 971,04 Kj | | | Energia: 564,96 Kcal / 2 361,53 Kj | | | Energia: 351,46 Kcal / 1 469,10 Kj | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 14,38 g | 9,37 g | 1,26 g | 10,74 g | 23,62 g | 7,46 g | 29,28 g | 20,23 g | 3,93 g | 7,08 g | 3,50 g | 1,56 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 77,19 g | 0,00 g | 1,79 g | 52,95 g | 8,50 g | 1,37 g | 65,74 g | 0,00 g | 4,61 g | 71,89 g | 33,66 g | 0,69 g | | |
| 1,3,(12) | | | 1,7,(3),(6),(12) | | | 1,3,10 | | | 1,7,(12) | | | | |

Bittmann Mária
Élelmezésvezető

Sorosinszki Katalin
Vezető dietetikus

Pál Krisztina
Gazdaságvezető