



Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/22/2024 hétfő	(00050) Epekímélő	E Zöldséges burgonyaleves	884.38	211.57	4.58	7.05	0.83	31.75	0.05	0.48		
		Sárgarépás sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	1.19		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.77		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	293.63	70.25	0.40	0.00	0.00	16.96	11.20	0.00		
		Összesen:	3 781.00	904.54	41.86	24.25	5.00	127.90	11.25	2.44		
	(00080) Májkímélő	E Zöldséges burgonyaleves	884.38	211.57	4.58	7.05	0.83	31.75	0.05	0.48		
		Sárgarépás sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	1.19		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.77		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	293.63	70.25	0.40	0.00	0.00	16.96	11.20	0.00		
		Összesen:	3 781.00	904.54	41.86	24.25	5.00	127.90	11.25	2.44		
	(00101) Diab. 180g	E Csirkepaprikás	961.75	230.08	22.89	11.54	3.39	8.41	0.02	0.28		
		Lencseleves	813.73	194.67	11.72	2.99	0.36	30.16	2.05	0.54		
Tészta köret		1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.77			
Mandarin		195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00			
Összesen:		3 681.88	880.83	50.31	21.01	4.69	121.27	2.07	1.59			





4/22/2024 hétfő												
(00158) Gluténmentes 19-69	<b>E</b>	Lencseleves	741.36	177.36	11.04	2.94	0.33	26.64	2.05	0.54		
		Csirkepaprikás	1 149.73	275.05	26.41	12.43	2.29	14.13	1.02	0.31		
		Tészta köret	1 525.17	364.87	4.00	3.86	0.38	77.00	5.00	0.26		
		Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
		Összesen:	3 612.24	864.17	42.15	19.53	3.00	127.57	8.07	1.11		
(00430) Laktózmentes 19-69	<b>E</b>	Lencseleves	813.73	194.67	11.72	2.99	0.36	30.16	2.05	0.54		
		Csirkepaprikás	1 227.18	293.58	26.54	17.92	3.90	6.25	0.02	0.33		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.77		
		Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
		Összesen:	3 947.31	944.33	53.96	27.39	5.20	119.11	2.07	1.64		





4/23/2024 kedd	(00050) Epekímélő	E	Zöldségleves vajas galuskával	668.25	159.87	6.46	4.81	1.24	22.40	0.05	0.73		
			Burgonyafőzelék	1 442.21	345.03	8.79	8.92	3.09	56.27	0.00	0.06		
			Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 754.38	898.18	44.74	24.09	7.60	123.71	0.05	1.79		
	(00080) Májikímélő	E	Zöldségleves vajas galuskával	668.25	159.87	6.46	4.81	1.24	22.40	0.05	0.73		
			Burgonyafőzelék	1 442.21	345.03	8.79	8.92	3.09	56.27	0.00	0.06		
			Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 754.38	898.18	44.74	24.09	7.60	123.71	0.05	1.79		
	(00101) Diab. 180g	E	Burgonyafőzelék	1 254.45	300.11	7.29	7.58	2.24	49.55	0.00	3.00		
			Zöldségleves vajas galuskával	668.25	159.87	6.46	4.81	1.24	22.40	0.05	0.73		
		Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51			
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Összesen:	3 566.62	853.26	43.24	22.75	6.75	116.99	0.05	4.73			





4/23/2024 kedd												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
		Burgonyafőzelék	1 516.88	362.89	7.91	8.58	2.48	62.34	0.00	0.56		
		Vagdalt	719.66	172.17	20.86	8.77	2.97	2.23	0.00	0.23		
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40		
		Összesen:	2 956.07	707.19	33.63	21.85	5.95	92.37	1.45	1.34		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldségleves vajas galuskával	668.25	159.87	6.46	4.81	1.24	22.40	0.05	0.73	  	
		Burgonyafőzelék	1 511.84	361.68	9.23	8.66	2.55	60.54	0.00	0.56	 	
		Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51	 	
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	3 824.01	914.83	45.18	23.83	7.06	127.98	0.05	2.29		





4/24/2024 szerda												
(00050) Epekímélő	E	Zellerkrémleves mir.	635.79	152.10	3.68	8.69	1.27	14.29	0.55	0.67		
		Sült csirkecomb filé	644.85	154.27	20.94	7.44	1.57	0.70	0.00	0.24		
		Burgonyapüré	1 314.27	314.42	8.98	6.24	2.23	54.26	0.00	0.17		
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
		Összesen:	2 716.13	649.79	34.40	22.47	5.07	75.45	4.85	1.28		
(00080) Májkímélő	E	Zellerkrémleves mir.	635.79	152.10	3.68	8.69	1.27	14.29	0.55	0.67		
		Sült csirkecomb filé	644.85	154.27	20.94	7.44	1.57	0.70	0.00	0.24		
		Burgonyapüré	1 314.27	314.42	8.98	6.24	2.23	54.26	0.00	0.17		
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
		Összesen:	2 716.13	649.79	34.40	22.47	5.07	75.45	4.85	1.28		
(00101) Diab. 180g	E	Karfiolleves	413.02	98.81	3.80	3.56	0.44	12.80	0.02	0.64		
		Sült csirkecomb filé	644.85	154.27	20.94	7.44	1.57	0.70	0.00	0.24		
		Burgonyapüré	1 314.27	314.42	8.98	6.24	2.23	54.26	0.00	0.17		
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
		Összesen:	2 493.36	596.50	34.52	17.34	4.24	73.96	4.32	1.25		





4/24/2024 szerda												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Karfiolleves	147.25	35.23	2.30	0.44	0.06	5.51	0.02	0.58		
		Sült csirkecomb filé	644.85	154.27	20.94	7.44	1.57	0.70	0.00	0.24		
		Burgonyapüré	1 314.27	314.42	8.98	6.24	2.23	54.26	0.00	0.17		
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
		Összesen:	2 227.59	532.92	33.02	14.22	3.86	66.67	4.32	1.19		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Karfiolleves	413.02	98.81	3.80	3.56	0.44	12.80	0.02	0.64		
		Tört burgonya	1 190.37	284.78	6.25	6.07	0.70	50.00	0.00	0.03		
		Sült csirkecomb filé	644.85	154.27	20.94	7.44	1.57	0.70	0.00	0.24		
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
		Összesen:	2 369.46	566.86	31.79	17.17	2.71	69.70	4.32	1.11		





<b>4/25/2024</b> <b>csütörtök</b>	<b>(00050)</b> Epekímélő	<b>E</b> Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15	
		Halfilé sárgaborsó bundában	1 493.87	357.39	21.53	25.92	3.73	7.97	0.00	0.30	
		Sárgarépás rizs	1 041.15	249.08	5.28	3.04	0.36	49.74	0.00	0.13	
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50	
		Összesen:	2 823.08	675.39	29.18	31.17	4.34	67.49	0.02	1.08	
	<b>(00080)</b> Májkímélő	<b>E</b> Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15	
		Halfilé sárgaborsó bundában	1 493.87	357.39	21.53	25.92	3.73	7.97	0.00	0.30	
		Sárgarépás rizs	1 041.15	249.08	5.28	3.04	0.36	49.74	0.00	0.13	
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50	
		Összesen:	2 823.08	675.39	29.18	31.17	4.34	67.49	0.02	1.08	
	<b>(00101)</b> Diab. 180g	<b>E</b> Tartármártás	632.85	151.40	1.74	13.32	3.07	6.59	0.00	1.80	
		Rántott hal	1 451.58	347.27	24.37	14.28	2.64	28.80	0.00	0.82	
		Zöldséges rizs	1 288.12	308.16	8.07	4.51	0.53	58.38	0.00	0.37	
		Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15	
		Összesen:	3 603.07	861.98	35.95	34.22	6.49	100.95	0.02	3.14	





4/25/2024 csütörtök												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.35		
		Halfilé sárgaborsó bundában	1 120.41	268.04	16.15	19.44	2.80	5.97	0.00	0.22		
		Zöldséges rizs	1 288.12	308.16	8.07	4.51	0.53	58.38	0.00	0.37		
		Tartármártás	538.64	128.86	1.15	11.47	3.23	5.71	2.00	0.51		
		Összesen:	3 177.69	760.21	27.14	37.53	6.81	77.24	2.02	1.45		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Karalábéleves	677.83	162.16	4.48	7.24	0.89	19.66	0.05	3.12		
		Rántott hal	1 451.58	347.27	24.37	14.28	2.64	28.80	0.00	0.82		
		Zöldséges rizs	1 288.12	308.16	8.07	4.51	0.53	58.38	0.00	0.37		
		Összesen:	3 417.53	817.59	36.92	26.03	4.06	106.84	0.05	4.31		







		4/26/2024 péntek											
		(00050) Epekímélő		(00080) Májkímélő		(00101) Diab. 180g		(00158) Gluténmentes 19-69					
E	Gulyásleves	1 207.27	288.82	17.88	8.44	2.15	34.35	0.05	0.93				
	Burgonyás pogácsa	1 585.64	379.34	9.76	15.17	4.24	50.34	0.00	1.40				
	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49				
	Összesen:	3 287.58	786.50	32.27	24.22	6.43	108.13	0.05	2.82				
E	Gulyásleves	1 207.27	288.82	17.88	8.44	2.15	34.35	0.05	0.93				
	Burgonyás pogácsa	1 585.64	379.34	9.76	15.17	4.24	50.34	0.00	1.40				
	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49				
	Összesen:	3 287.58	786.50	32.27	24.22	6.43	108.13	0.05	2.82				
E	Gulyásleves	1 207.27	288.82	17.88	8.44	2.15	34.35	0.05	0.93				
	Ízes bukta	2 265.82	542.06	16.50	15.76	2.49	82.85	8.76	0.10				
	Összesen:	3 473.09	830.88	34.38	24.20	4.64	117.20	8.81	1.03				
E	Gulyásleves	1 207.27	288.82	17.88	8.44	2.15	34.35	0.05	0.93				
	Burgonyás pogácsa	1 522.06	364.13	2.36	14.65	3.95	55.05	0.00	1.40				
	Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40				
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01				
	Összesen:	3 231.14	773.00	22.23	24.72	6.21	113.28	1.45	2.74				





4/26/2024 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Gulyásleves	1 207.27	288.82	17.88	8.44	2.15	34.35	0.05	0.93		
		Ízes bukta	2 164.39	517.80	14.80	15.01	2.09	80.20	8.76	0.03		
		Összesen:	3 371.66	806.62	32.68	23.45	4.24	114.55	8.81	0.96		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

