



Tételes étlap 2023.05.22. - 2023.05.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/22/2023 hétfő	(00050) Epekímélő	E Karalábéleves	391.03	93.55	3.27	2.45	0.31	14.47	0.02	0.41		
		Húsos tészta	2 647.35	633.34	26.39	24.83	7.86	75.28	0.00	1.29		
		Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.13		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 621.04	866.28	38.29	36.03	13.53	95.83	0.02	1.84		
	(00060) Epekímélő, foly-pépes	E Karalábéleves	391.03	93.55	3.27	2.45	0.31	14.47	0.02	0.41		
		Húsmártás	804.56	192.48	15.16	10.00	5.90	10.24	0.41	0.46		
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03		
		Összesen:	2 280.71	545.63	24.68	15.73	6.59	74.71	0.43	0.90		
	(00101) Diab. 180g	E Karalábéleves	391.03	93.55	3.27	2.45	0.31	14.47	0.02	0.41		
		Bolognai ragu	797.87	190.88	16.99	13.01	3.05	1.24	0.00	0.69		
		Tészta köret	1 675.34	400.80	15.00	5.26	0.83	72.90	0.00	0.77		
		Trappista sajt	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.13		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 446.90	824.62	43.89	29.47	9.55	94.69	0.02	2.01		





5/22/2023 hétfő	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Karalábéleves	1 101.84	263.60	9.42	11.67	2.93	29.98	0.05	3.22		
			Bolognai ragu	797.87	190.88	16.99	13.01	3.05	1.24	0.00	0.69		
			Tészta köret	1 675.34	400.80	15.00	5.26	0.83	72.90	0.00	0.77		
			Trappistasajt laktózmentes	466.33	111.56	8.31	8.43	5.36	0.48	0.00	0.73		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	4 186.79	1 001.63	50.12	38.77	12.17	111.60	0.05	5.42		
5/23/2023 kedd	(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	233.06	55.76	2.92	0.45	0.07	9.90	0.05	0.62		
			Petrezselyemmártás	429.24	102.69	2.97	5.18	4.17	10.93	0.41	0.35		
			Húsgombóc	732.29	175.19	14.87	5.43	1.87	16.50	0.00	0.14		
			Főtt burgonya	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.02		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	2 311.62	553.03	27.51	11.60	6.24	83.38	0.46	1.16		
5/23/2023 kedd	(00060) Epekímélő, foly-pépes	E	Tavaszi zöldségleves	233.06	55.76	2.92	0.45	0.07	9.90	0.05	0.62		
			Petrezselyemmártás	429.24	102.69	2.97	5.18	4.17	10.93	0.41	0.35		
			Húsgombóc	732.29	175.19	14.87	5.43	1.87	16.50	0.00	0.14		
			Főtt burgonya	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.02		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	2 311.62	553.03	27.51	11.60	6.24	83.38	0.46	1.16		





5/23/2023 kedd	(00101) Diab. 180g	E	Tavaszi zöldségleves	233.06	55.76	2.92	0.45	0.07	9.90	0.05	0.62		
			Paradicsom mártás	592.18	141.67	4.15	5.20	0.60	19.39	0.00	0.59		
			Húsgombóc	732.29	175.19	14.87	5.43	1.87	16.50	0.00	0.14		
			Főtt burgonya	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.02		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
		Összesen:	2 474.56	592.01	28.69	11.62	2.67	91.84	0.05	1.40			
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Daragaluska leves	529.04	126.56	3.42	5.87	0.86	14.77	0.00	0.26	 	
			Paradicsomos káposzta	1 320.62	315.94	8.48	5.81	0.68	56.54	19.98	1.00		
			Sertéssült	1 280.90	306.44	17.56	25.76	8.73	0.72	0.00	0.56		
			Teljes kiőrlésű kenyér	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.29		
		Összesen:	3 427.36	819.95	32.24	37.81	10.29	86.10	19.98	2.11			
5/24/2023 szerda	(00050) Epekímélő	E	Zöldséges zellerleves	125.54	30.03	1.14	0.25	0.03	5.54	0.02	0.16		
			Bácskai rizseshús	2 762.76	660.95	25.15	29.82	9.20	72.19	0.00	0.69		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01		
			Összesen:	3 255.33	778.79	26.79	30.07	9.23	98.93	14.02	0.86		





5/24/2023 szerda	(00060) Epekímélő, foly-pépes	E	Zöldséges zellerleves	125.54	30.03	1.14	0.25	0.03	5.54	0.02	0.16		
			Zöldbabfőzelék	788.53	188.64	8.44	4.41	2.52	28.29	0.02	0.05		
			Sertésragu	1 328.45	317.81	17.66	26.70	8.84	1.33	0.00	0.96		
			Összesen:	2 242.52	536.48	27.24	31.36	11.39	35.16	0.04	1.17		
	(00101) Diab. 180g	E	Zöldséges zellerleves	125.54	30.03	1.14	0.25	0.03	5.54	0.02	0.16		
			Zöldséges rizseshús	2 628.82	628.90	26.69	33.85	9.62	53.54	0.00	3.32		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	2 811.90	672.70	28.43	34.20	9.65	61.68	0.02	3.98		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldséges zellerleves	125.54	30.03	1.14	0.25	0.03	5.54	0.02	0.16		
			Zöldborsós sertésragu	1 861.08	445.23	20.29	32.53	9.33	17.29	0.04	0.37		
			Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
			Összesen:	3 214.98	769.13	27.83	34.88	9.62	84.83	0.06	0.64		
5/25/2023 csütörtök	(00050) Epekímélő	E	Csurgatott tojás leves	672.04	160.77	4.34	8.89	1.26	15.66	0.00	0.24		
			Burgonyafőzelék	1 520.60	363.78	9.29	8.96	3.09	60.27	0.00	0.56		





5/25/2023 csütörtök															
Epekimélő	(00050)	E	Halvagdalt	1 130.20	270.38	20.16	15.24	4.00	12.87	0.02	0.90				
			Fehér kenyér	219.41	52.49	2.00	0.16	0.06	10.70	0.00	0.02				
			Összesen:	3 542.25	847.42	35.79	33.25	8.41	99.50	0.02	1.72				
	(00060)	E	Csurgatott tojás leves	672.04	160.77	4.34	8.89	1.26	15.66	0.00	0.24				
			Burgonyafőzelék	1 520.60	363.78	9.29	8.96	3.09	60.27	0.00	0.56				
			Halvagdalt	1 130.20	270.38	20.16	15.24	4.00	12.87	0.02	0.90				
			Összesen:	3 322.84	794.93	33.79	33.09	8.35	88.80	0.02	1.70				
	(00101)	E	Burgonyafőzelék	1 105.84	264.55	5.50	10.22	2.53	36.73	0.00	2.99				
			Csurgatott tojás leves	672.04	160.77	4.34	8.89	1.26	15.66	0.00	0.24				
			Halvagdalt	1 130.20	270.38	20.16	15.24	4.00	12.87	0.02	0.90				
			Fehér kenyér	219.41	52.49	2.00	0.16	0.06	10.70	0.00	0.02				
			Összesen:	3 127.49	748.19	32.00	34.51	7.85	75.96	0.02	4.15				
(00430)	E	Csurgatott tojás leves	672.04	160.77	4.34	8.89	1.26	15.66	0.00	0.24					
		Burgonyafőzelék	1 516.88	362.89	7.91	8.58	2.48	62.34	0.00	0.56					
		Halvagdalt	1 242.47	297.24	20.14	15.57	4.04	18.85	0.44	0.73					
		Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03					
		Összesen:	3 760.50	899.64	35.39	33.28	7.87	112.90	0.44	1.56					





5/26/2023 péntek	(00050) Epekímélő	E	Kertészleves	301.33	72.09	2.24	3.10	0.36	8.64	0.01	0.13		
			Sertéssült	1 280.90	306.44	17.56	25.76	8.73	0.72	0.00	0.56		
			Burgonyapüré	1 308.64	313.07	7.51	4.10	1.03	60.02	0.00	0.08		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
			Összesen:	3 012.09	720.60	28.11	33.06	10.12	75.58	4.31	0.97		
	(00060) Epekímélő, foly-pépes	E	Kertészleves	301.33	72.09	2.24	3.10	0.36	8.64	0.01	0.13		
			Sertéssült	1 280.90	306.44	17.56	25.76	8.73	0.72	0.00	0.56		
			Burgonyapüré	1 308.64	313.07	7.51	4.10	1.03	60.02	0.00	0.08		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
			Összesen:	3 012.09	720.60	28.11	33.06	10.12	75.58	4.31	0.97		
	(00101) Diab. 180g	E	Vitamin saláta	1 214.70	290.60	12.49	18.01	5.69	19.44	0.00	2.74		
			Kertészleves	301.33	72.09	2.24	3.10	0.36	8.64	0.01	0.13		
			Sertéssült	1 280.90	306.44	17.56	25.76	8.73	0.72	0.00	0.56		
			Burgonyapüré	1 510.24	361.30	10.23	6.34	2.24	64.26	0.00	0.17		
			Összesen:	4 307.17	1 030.43	42.52	53.21	17.02	93.06	0.01	3.60		





5/26/2023 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Tárkonyos csirkeraguleves	760.77	182.00	21.87	4.34	2.07	13.49	0.01	0.96		
		Szilvás gombóc	2 213.25	529.49	10.05	11.87	7.08	91.81	22.20	1.59		
		Összesen:	2 974.02	711.49	31.92	16.21	9.15	105.30	22.21	2.55		

.....
Kóhalmi Katalin
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

