



Tételes étlap 2023.05.29. - 2023.06.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/30/2023 kedd	(00050) Epekimélő	E Magyaros burgonyaleves	810.32	193.86	4.72	3.22	0.37	35.59	0.00	0.46		
		Darásmetélt baracklekvárral	2 257.92	540.17	15.18	12.51	1.70	90.98	10.86	0.57		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 213.65	768.82	20.30	16.13	2.07	133.57	10.86	1.04		
	(00060) Epekimélő, foly-pépes	E Magyaros burgonyaleves	810.32	193.86	4.72	3.22	0.37	35.59	0.00	0.46		
		Darásmetélt baracklekvárral	2 257.92	540.17	15.18	12.51	1.70	90.98	10.86	0.57		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 213.65	768.82	20.30	16.13	2.07	133.57	10.86	1.04		
	(00101) Diab. 180g	E Legényfogó leves	1 223.50	292.70	29.63	10.72	7.95	18.89	0.82	1.05		
		Burgonyás tészta	2 506.17	599.56	19.31	10.33	1.40	106.04	0.00	1.13		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
Összesen:		3 932.62	940.82	49.94	21.55	9.35	134.53	0.82	2.69			





5/30/2023 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Burgonyás tészta	2 356.00	563.64	8.31	8.93	0.95	110.14	5.00	0.63		
			Legényfogó leves	1 072.06	256.47	26.58	7.78	4.50	19.42	0.00	1.03		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 631.01	868.67	35.89	17.21	5.45	139.16	5.00	2.17		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Legényfogó leves	1 223.50	292.70	29.63	10.72	7.95	18.89	0.82	1.05	 	
			Darásmetélt baracklekvárral	2 257.92	540.17	15.18	12.51	1.70	90.98	10.86	0.57	 	
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 626.83	867.66	45.21	23.63	9.65	116.87	11.68	1.63		
	5/31/2023 szerda	(00050) Epekímélő	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61	
			Tökfőzelék	1 024.54	245.11	6.21	10.40	2.58	31.15	0.04	0.59	 	
			Vagdalt	1 001.78	239.66	23.09	8.96	3.02	16.38	0.00	0.48	 	
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	2 782.85	665.76	34.33	22.56	6.04	80.28	0.05	1.71		





5/31/2023 szerda	(00060) Epekímélő, foly-pépes	E	Zöldborsófőzelékpüré	1 578.41	377.61	20.43	8.78	0.92	53.36	5.00	3.07				
			Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61				
			Vagdalt	1 001.78	239.66	23.09	8.96	3.02	16.38	0.00	0.48				
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03				
		Összesen:	3 336.72	798.26	48.55	20.94	4.38	102.49	5.01	4.19					
	(00101) Diab. 180g	E	Reszelttészta leves	608.43	145.56	2.38	9.75	1.15	11.94	0.01	0.55				
			Tökfőzelék	1 024.54	245.11	6.21	10.40	2.58	31.15	0.04	0.59				
			Vagdalt	1 883.00	450.48	20.20	17.30	10.90	51.30	3.70	1.01				
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03				
		Összesen:	3 845.08	919.89	31.79	37.69	14.72	110.44	3.75	2.18					
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tökfőzelék	1 023.74	244.91	4.85	10.12	2.14	33.13	0.04	0.60				
			Vagdalt	1 147.34	274.48	22.77	10.24	3.11	22.49	1.68	0.71				
			Zöldséges rizsleves	404.13	96.68	1.98	2.49	0.30	16.42	0.01	0.16				
		Összesen:	2 575.21	616.07	29.60	22.85	5.55	72.04	1.73	1.47					





5/31/2023 szerda (00430) Laktózmentes 19-69	E	Reszelttészta leves	608.43	145.56	2.38	9.75	1.15	11.94	0.01	0.55					
		Tökfőzelék	1 024.54	245.11	6.21	10.40	2.58	31.15	0.04	0.59					
		Vagdalt	1 147.34	274.48	22.77	10.24	3.11	22.49	1.68	0.71					
		Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03					
		Összesen:	3 109.42	743.89	34.36	30.63	6.93	81.63	1.73	1.88					
6/1/2023 csütörtök (00050) Epekímélő	E	Zöldségkrémleves	929.44	222.35	3.52	15.80	6.27	16.21	0.83	0.78					
		Fokhagymás sertéstarja	2 087.71	499.45	13.35	49.02	16.79	0.63	0.00	0.22					
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03					
		Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01					
		Összesen:	4 469.30	1 069.21	23.62	68.10	23.44	88.04	14.83	1.04					
6/1/2023 csütörtök (00060) Epekímélő, foly-pépes	E	Zöldségkrémleves	929.44	222.35	3.52	15.80	6.27	16.21	0.83	0.78					
		Fokhagymás sertéstarja	2 087.71	499.45	13.35	49.02	16.79	0.63	0.00	0.22					
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03					
		Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01					
		Összesen:	4 469.30	1 069.21	23.62	68.10	23.44	88.04	14.83	1.04					
(00101) Diab. 180g	E	Zöldségkrémleves	929.44	222.35	3.52	15.80	6.27	16.21	0.83	0.78					
		Fokhagymás sertéstarja	2 087.71	499.45	13.35	49.02	16.79	0.63	0.00	0.22					





6/1/2023 csütörtök	(00101) Diab. 180g	E	Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03			
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09			
			Összesen:	4 185.43	1 001.30	24.22	68.30	23.54	70.24	0.83	1.12			
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Zöldségkrémleves	587.47	140.54	2.27	8.96	2.01	12.42	0.01	0.67			
			Fokhagymás sertéstarja	2 052.62	491.06	13.35	48.09	16.68	0.63	0.00	0.22			
			Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03			
			Vegyes vágott savanyúság	66.53	15.92	0.88	0.16	0.08	2.72	0.00	0.07			
		Összesen:	4 037.32	965.87	22.75	66.99	19.89	65.77	0.01	0.99				
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldségkrémleves	587.47	140.54	2.27	8.96	2.01	12.42	0.01	0.67			
			Fokhagymás sertéstarja	2 087.71	499.45	13.35	49.02	16.79	0.63	0.00	0.22			
			Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03			
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09			
		Összesen:	3 843.46	919.49	22.97	61.46	19.28	66.45	0.01	1.01				
6/2/2023 péntek	(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	233.06	55.76	2.92	0.45	0.07	9.90	0.05	0.62			
			Sertésszelet sárgaborsó bundában	1 639.95	392.33	24.26	28.91	10.27	8.33	0.00	0.21			
			Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11			
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50			
			Összesen:	3 158.91	755.73	34.18	31.56	10.60	82.83	0.05	1.44			





6/2/2023 péntek	(00060) Epekímélő, foly-pépes	E Tavaszi zöldségleves	233.06	55.76	2.92	0.45	0.07	9.90	0.05	0.62		
		Sertésszelet sárgaborsó bundában	1 639.95	392.33	24.26	28.91	10.27	8.33	0.00	0.21		
		Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 158.91	755.73	34.18	31.56	10.60	82.83	0.05	1.44		
	(00101) Diab. 180g	E Paradicsomleves	892.08	213.42	6.47	7.74	0.87	29.16	0.00	3.95		
		Rántott sertésszelet	2 251.36	538.60	23.87	37.11	10.42	26.65	0.00	3.58		
		Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	4 429.34	1 059.66	37.34	47.05	11.55	120.41	0.00	8.14		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Paradicsomleves	1 134.23	271.35	4.16	7.40	0.77	46.53	20.48	0.94		
		Sertésszelet sárgaborsó bundában	1 393.96	333.48	20.62	24.57	8.73	7.08	0.00	0.18		
Párolt rizs		1 153.75	276.02	5.60	3.92	0.46	54.25	0.00	0.21			
Csemege uborka		46.03	11.01	0.48	0.08	0.00	2.08	0.00	0.40			
Összesen:		3 727.97	891.86	30.86	35.97	9.96	109.94	20.48	1.73			





6/2/2023 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Paradicsomleves	986.97	236.12	4.22	7.23	0.78	38.20	19.98	0.93		
		Rántott sertésszelet	1 991.68	476.48	25.47	31.54	10.72	22.11	0.00	0.62		
		Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	4 264.55	1 020.24	36.69	40.97	11.76	124.91	19.98	2.16		

.....

Kóhalmi Katalin
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

