



Tételes étlap 2023.09.18. - 2023.09.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/18/2023 hétfő	(00050) Epekímélő	E Virslis burgonyaleves	750.48	179.54	4.97	5.14	1.13	27.61	0.00	0.71		
		Sajtos makaróni/spagetti	3 015.37	721.38	30.35	32.73	14.61	75.40	0.00	5.82		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 911.26	935.71	35.72	38.27	15.74	110.01	0.00	6.54		
	(00101) Diab. 180g	E Túrós metélt	1 396.75	334.15	22.50	8.58	3.30	41.27	0.00	5.32		
		Gulyásleves	1 410.58	337.46	22.08	11.92	2.94	34.43	0.05	0.97		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 952.74	706.40	44.98	20.90	6.24	82.70	0.05	6.30		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Gulyásleves	1 410.58	337.46	22.08	11.92	2.94	34.43	0.05	0.97		
		Túrós tészta	2 025.40	484.54	18.47	15.41	7.58	66.45	4.00	0.69		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 581.39	856.79	40.95	27.73	10.52	107.88	4.05	1.67		





9/18/2023 hétfő	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Gulyásleves	1 410.58	337.46	22.08	11.92	2.94	34.43	0.05	0.97			
		Mákos tészta	1 801.79	431.05	15.08	11.23	2.31	66.90	5.00	0.99				
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01				
		Összesen:	3 357.78	803.30	37.56	23.55	5.25	108.33	5.05	1.97				
9/19/2023 kedd	(00050) Epekímélő	E	Meggyleves	734.15	175.63	2.15	4.11	1.78	31.29	16.09	0.53			
		Sült csirkecomb filé	952.54	227.88	25.12	13.68	2.42	0.80	0.00	0.29				
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03				
		Vitaminsaláta	167.95	40.18	1.66	0.33	0.04	7.35	0.00	0.10				
		Összesen:	2 939.76	703.29	35.18	21.40	4.62	89.44	16.09	0.95				
9/19/2023 Diab. 180g	(00101)	E	Meggyleves	734.15	175.63	2.15	4.11	1.78	31.29	16.09	0.53			
		Sült csirkecomb filé	952.54	227.88	25.12	13.68	2.42	0.80	0.00	0.29				
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03				
		Vitaminsaláta	167.95	40.18	1.66	0.33	0.04	7.35	0.00	0.10				
		Összesen:	2 939.76	703.29	35.18	21.40	4.62	89.44	16.09	0.95				





9/19/2023 kedd													
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Meggyleves	628.86	150.45	1.41	2.93	1.63	28.40	15.59	0.53			
		Sült csirkecomb filé	952.54	227.88	25.12	13.68	2.42	0.80	0.00	0.29			
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03			
		Vitaminsaláta	167.95	40.18	1.66	0.33	0.04	7.35	0.00	0.10			
		Összesen:	2 834.47	678.11	34.44	20.22	4.47	86.55	15.59	0.95			
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Meggyleves	734.15	175.63	2.15	4.11	1.78	31.29	16.09	0.53			
		Sült csirkecomb filé	952.54	227.88	25.12	13.68	2.42	0.80	0.00	0.29			
		Tört burgonya	1 085.12	259.60	6.25	3.28	0.38	50.00	0.00	0.03			
		Vitaminsaláta	167.95	40.18	1.66	0.33	0.04	7.35	0.00	0.10			
		Összesen:	2 939.76	703.29	35.18	21.40	4.62	89.44	16.09	0.95			
9/20/2023 szerda	(00050) Epekímélő	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
			Tökfőzelék	1 024.54	245.11	6.21	10.40	2.58	31.15	0.04	0.10		
			Sertéssült	1 272.63	304.46	17.50	25.76	8.73	0.30	0.00	0.56		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	3 280.23	784.76	31.48	43.03	12.31	66.60	0.04	0.83		
(00101) Diab. 180g	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14			
		Sárgaborsó főzelék	1 535.70	367.39	18.48	11.14	3.45	47.82	0.00	0.27			
		Sertéssült	1 272.63	304.46	17.50	25.76	8.73	0.30	0.00	0.56			





9/20/2023 szerda		(00158)		Gluténmentes 19-69		00101							
E	Teljes kiőrlésű kenyér	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.29				
	Összesen:	3 759.08	899.31	43.53	43.90	13.11	81.29	0.00	1.26				
	E	Tavaszi zöldségleves	257.88	61.69	3.27	0.48	0.07	10.92	0.05	0.15			
		Sárgaborsó főzelék	1 529.45	365.90	17.76	10.80	2.87	48.99	0.00	0.28	 		
		Sertéssült	1 272.63	304.46	17.50	25.76	8.73	0.30	0.00	0.56			
Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40					
Összesen:	3 416.36	817.31	40.12	38.27	11.78	77.09	1.45	1.39					
E	(00430)	Laktózmentes 19-69	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14	 	
			Sárgaborsó főzelék	1 526.93	365.30	18.42	10.84	2.90	48.09	0.00	0.27	 	
			Sertéssült	1 272.63	304.46	17.50	25.76	8.73	0.30	0.00	0.56		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
	Összesen:	3 782.62	904.95	43.69	43.47	12.63	83.54	0.00	1.00				
E	(00050)	Epekímélő	Májgaluska leves	836.52	200.13	15.82	6.39	2.30	19.61	0.05	0.65	 	
			Csirkemellfilé Dubarry módra	1 679.26	401.74	34.67	18.99	5.23	22.57	1.00	0.61	 	
			Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
	Összesen:	3 744.14	895.74	56.89	27.48	7.79	104.18	1.05	1.37				
E	(00101)	Diab. 180g	Májgaluska leves	836.52	200.13	15.82	6.39	2.30	19.61	0.05	0.65	 	
			Csirkemellfilé Dubarry módra	1 679.26	401.74	34.67	18.99	5.23	22.57	1.00	0.61	 	





9/21/2023		csütörtök												
E	Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11					
		Összesen:	3 744.14	895.74	56.89	27.48	7.79	104.18	1.05	1.37				
		E	Májgaluska leves	694.90	166.24	14.55	6.27	2.23	12.72	0.05	0.65			
			Csirkemellfilé Dubarry módra	1 684.30	402.94	33.35	18.91	5.16	24.37	1.00	0.62			
E	Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11					
	Összesen:	3 607.56	863.05	54.30	27.28	7.65	99.09	1.05	1.38					
E	Csirkemellfilé Dubarry módra	1 660.39	397.22	34.67	18.71	6.03	22.04	0.00	0.63					
		Májgaluska leves	836.52	200.13	15.82	6.39	2.30	19.61	0.05	0.65				
		Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11				
		Összesen:	3 725.27	891.22	56.89	27.20	8.59	103.65	0.05	1.39				
E	Sertésraguleves	1 038.17	248.37	12.84	18.27	5.55	7.69	0.00	0.71					
		Paprikás krumpli	1 597.71	382.23	8.16	10.06	1.14	63.16	0.00	0.24				
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
		Összesen:	2 693.42	644.37	21.60	28.43	6.69	73.45	0.00	1.45				
E	Sertésraguleves	1 038.17	248.37	12.84	18.27	5.55	7.69	0.00	0.71					
		Paprikás krumpli	1 597.71	382.23	8.16	10.06	1.14	63.16	0.00	0.24				





9/22/2023 péntek (00158) (00430)	00101	E	Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	2 693.42	644.37	21.60	28.43	6.69	73.45	0.00	1.45		
	19-69	E	Sertésraguleves	1 038.17	248.37	12.84	18.27	5.55	7.69	0.00	0.71		
			Paprikás krumpli	1 597.71	382.23	8.16	10.06	1.14	63.16	0.00	0.24		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	2 693.42	644.37	21.60	28.43	6.69	73.45	0.00	1.45		
	19-69	E	Sertésraguleves	1 038.17	248.37	12.84	18.27	5.55	7.69	0.00	0.71		
			Meggyes nudli	1 679.17	401.71	10.30	4.98	0.55	76.86	9.99	0.39	 	
			Összesen:	2 717.34	650.08	23.14	23.25	6.10	84.55	9.99	1.10		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
 Jó étvágyat kívánunk!

