



Tételes étlap 2023.11.20. - 2023.11.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/20/2023 hétfő	(00050) Epekímélő	E Zöldborsóleves	389.13	93.09	5.04	2.23	0.24	12.95	0.01	0.58		
		Sertés pörkölt	1 583.39	378.80	18.37	31.50	9.36	4.97	0.00	0.19		
		Tészta köret	1 675.34	400.80	15.00	5.26	0.83	72.90	0.00	0.77		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 705.40	886.46	39.01	39.09	10.43	93.42	0.01	2.04		
	(00101) Diab. 180g	E Zöldborsóleves	389.13	93.09	5.04	2.23	0.24	12.95	0.01	0.58		
		Sertés pörkölt	1 583.39	378.80	18.37	31.50	9.36	4.97	0.00	0.19		
		Tészta köret	1 675.34	400.80	15.00	5.26	0.83	72.90	0.00	0.77		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 705.40	886.46	39.01	39.09	10.43	93.42	0.01	2.04		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Zöldborsóleves	389.13	93.09	5.04	2.23	0.24	12.95	0.01	0.58		
		Sertés pörkölt	1 583.39	378.80	18.37	31.50	9.36	4.97	0.00	0.19		
Tészta köret		1 525.17	364.87	4.00	3.86	0.38	77.00	5.00	0.26			
Csemege uborka		57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50			
Összesen:		3 555.23	850.53	28.01	37.69	9.98	97.52	5.01	1.53			





11/20/2023 hétfő (00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldborsóleves	389.13	93.09	5.04	2.23	0.24	12.95	0.01	0.58		
		Sertés pörkölt	1 583.39	378.80	18.37	31.50	9.36	4.97	0.00	0.19		
		Tészta köret	1 675.34	400.80	15.00	5.26	0.83	72.90	0.00	0.77		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 705.40	886.46	39.01	39.09	10.43	93.42	0.01	2.04		





11/21/2023 kedd	(00050) Epekímélő	E	Húsleves cérnametélttel	1 128.11	269.88	14.95	17.28	6.06	13.29	0.02	0.80		
			Főtt sertéshús	1 202.46	287.67	17.50	23.90	8.52	0.30	0.00	0.17		
			Kapormártás	601.05	143.79	2.51	7.50	2.85	16.33	0.00	0.34		
			Kuszkusz	629.20	150.53	5.11	0.26	0.05	30.97	0.00	0.06		
			Összesen:	3 560.82	851.87	40.07	48.94	17.48	60.89	0.02	1.37		
	(00101) Diab. 180g	E	Húsleves cérnametélttel	1 128.11	269.88	14.95	17.28	6.06	13.29	0.02	0.80		
			Főtt sertéshús	1 202.46	287.67	17.50	23.90	8.52	0.30	0.00	0.17		
			Kapormártás	601.05	143.79	2.51	7.50	2.85	16.33	0.00	0.34		
			Kuszkusz	629.20	150.53	5.11	0.26	0.05	30.97	0.00	0.06		
			Összesen:	3 560.82	851.87	40.07	48.94	17.48	60.89	0.02	1.37		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Húsleves tészta betéttel	1 113.10	266.29	13.85	17.14	6.02	13.70	0.52	0.75		
			Vegyes gyümölcsmártás	1 040.91	249.02	2.31	3.76	1.89	50.46	29.29	0.05		
			Főtt sertéshús	1 202.46	287.67	17.50	23.90	8.52	0.30	0.00	0.17		
			Összesen:	3 356.47	802.98	33.66	44.80	16.43	64.46	29.81	0.97		


















11/21/2023 kedd (00430) Laktózmentes 19-69	E	Vegyes gyümölcs mártás	1 038.39	248.42	2.97	3.80	1.92	49.56	29.29	0.05	 	
		Húsleves cénametélttel	1 128.11	269.88	14.95	17.28	6.06	13.29	0.02	0.80	  	
		Főtt sertéshús	1 202.46	287.67	17.50	23.90	8.52	0.30	0.00	0.17		
		Pirított dara	327.87	78.44	1.88	1.31	0.23	14.68	0.00	0.10		
		Összesen:	3 696.83	884.41	37.30	46.29	16.73	77.83	29.31	1.12		





11/22/2023 szerda

(00050) Epekímélő	E	Francia hagymaleves	966.04	231.11	3.79	17.27	7.04	14.76	0.00	0.55	 		
		Csirkés-zöldséges rizottó	2 367.55	566.40	43.75	11.99	4.49	70.26	0.05	0.71			
		Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01			
		Összesen:	3 700.62	885.32	48.04	29.26	11.53	106.22	14.05	1.27			
	(00101) Diab. 180g	E	Francia hagymaleves	966.04	231.11	3.79	17.27	7.04	14.76	0.00	0.55	 	
			Csirkés-zöldséges rizottó	2 367.55	566.40	43.75	11.99	4.49	70.26	0.05	0.71		
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09		
			Összesen:	3 416.75	817.41	48.64	29.46	11.63	88.42	0.05	1.35		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Francia hagymaleves	797.60	190.81	2.96	12.63	5.01	16.00	0.00	0.58		
			Csirkés-zöldséges rizottó	2 367.55	566.40	43.75	11.99	4.49	70.26	0.05	0.71		
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09		
			Összesen:	3 248.31	777.11	47.81	24.82	9.60	89.66	0.05	1.38		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Francia hagymaleves	795.08	190.21	3.62	12.67	5.04	15.10	0.00	0.58	 		
		Csirkés-zöldséges rizottó	2 367.55	566.40	43.75	11.99	4.49	70.26	0.05	0.71			
		Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09			
		Összesen:	3 245.79	776.51	48.47	24.86	9.63	88.76	0.05	1.38			





11/23/2023 csütörtök		(00050) Epekímélő												
E	Zöldségleves snidlinges galuskával	662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72	  				
	Burgonyafőzelék	1 520.60	363.78	9.29	8.96	3.09	60.27	0.00	0.07	 				
	Panírozott halrudak	341.71	81.75	17.70	0.64	0.12	1.20	0.00	0.18					
	Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03					
	Összesen:	2 854.33	682.86	38.13	11.37	3.62	105.24	0.05	1.00					
E	(00101) Diab. 180g													
	Burgonyafőzelék	1 105.84	264.55	5.50	10.22	2.53	36.73	0.00	2.99	 				
	Zöldségleves snidlinges galuskával	662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72	  				
	Panírozott halrudak	341.71	81.75	17.70	0.64	0.12	1.20	0.00	0.18					
	Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03					
Összesen:	2 439.57	583.63	34.34	12.63	3.06	81.70	0.05	3.92						
E	(00158) Gluténmentes 19-69													
	Tavaszi zöldségleves	257.88	61.69	3.27	0.48	0.07	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	1 147.34	274.48	22.77	10.24	3.11	22.49	1.68	0.71	 				
	Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40					
Összesen:	3 278.50	784.32	35.54	20.53	5.77	112.63	3.13	1.82						





11/23/2023 csütörtök (00430) Laktózmentes 19-69	E	Burgonyafőzelék	1 511.84	361.68	9.23	8.66	2.55	60.54	0.00	0.56	 	
		Zöldségleves snidlinges galuskával	662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72	   	
		Panírozott halrudak	341.71	81.75	17.70	0.64	0.12	1.20	0.00	0.18		
		Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
		Összesen:	2 845.57	680.76	38.07	11.07	3.08	105.51	0.05	1.49		





11/24/2023		péntek												
(00050) Epekímélő	E	Sertésraguleves	1 038.17	248.37	12.84	18.27	5.55	7.69	0.00	0.71				
		Pirított csirkemáj	660.87	158.10	20.53	5.66	1.66	6.05	0.00	0.67				
		Főtt burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.03				
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
	Összesen:	2 736.45	654.66	40.22	24.53	7.27	66.34	0.00	1.91					
	(00101) Diab. 180g	E	Babgulyás	1 490.29	356.53	21.14	21.35	7.08	19.50	0.00	0.64			
			Sajtos pogácsa	2 288.82	547.56	7.38	39.29	10.74	40.45	0.00	1.05			
		Összesen:	3 779.11	904.09	28.52	60.64	17.82	59.95	0.00	1.69				
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Babgulyás	1 490.29	356.53	21.14	21.35	7.08	19.50	0.00	0.64			
			Pirított csirkemáj	660.87	158.10	20.53	5.66	1.66	6.05	0.00	0.67			
			Főtt burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.03			
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50			
		Összesen:	3 188.57	762.82	48.52	27.61	8.80	78.15	0.00	1.84				
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Babgulyás	1 490.29	356.53	21.14	21.35	7.08	19.50	0.00	0.64			
			Sajtos pogácsa	2 288.82	547.56	7.38	39.29	10.74	40.45	0.00	1.05			
		Összesen:	3 779.11	904.09	28.52	60.64	17.82	59.95	0.00	1.69				





.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

