



Tételes étlap 2023.12.04. - 2023.12.10.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/4/2023 hétfő	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Csurgatott tojás leves	672.04	160.77	4.34	8.89	1.26	15.66	0.00	0.04	 	
			Zöldborsós sertésragu	1 230.03	294.27	22.70	15.76	4.35	15.04	0.29	0.36		
			Burgonyakrokkett	970.32	232.13	5.80	2.00	0.40	49.60	4.80	0.12	 	
			Összesen:	2 872.39	687.17	32.84	26.65	6.01	80.30	5.09	0.52		
	(00157) Gluténm. 11-14	E	Csurgatott tojás leves	677.08	161.98	3.02	8.81	1.19	17.46	0.00	0.34		
			Zöldborsós sertésragu gluténmentes	1 235.94	295.68	22.09	15.96	3.97	15.58	1.04	0.29	 	
			Burgonyakrokkett gluténmentes	1 491.61	356.84	8.04	2.95	0.50	73.07	0.23	3.05	  	
			Összesen:	3 404.63	814.50	33.15	27.72	5.66	106.11	1.27	3.68		





12/5/2023 kedd	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Májgaluska leves	709.35	169.70	13.58	4.99	1.77	17.47	0.05	0.53		
			Túrógombóc epres töltelékkel	1 850.13	442.62	9.04	8.74	0.97	79.57	0.00	0.35		
			Mandarin	293.97	70.33	1.05	0.45	0.00	14.70	0.00	0.00		
			Összesen:	2 853.45	682.65	23.67	14.18	2.74	111.74	0.05	0.88		
	(00157) Gluténm. 11-14	E	Májgaluska leves	694.90	166.24	14.55	6.27	2.23	12.72	0.05	0.65		
			Szilvalekváros gombóc gluténmentes	2 342.87	560.50	11.07	10.48	1.09	101.32	17.56	0.93		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
			Összesen:	3 233.75	773.63	26.32	17.05	3.32	123.84	17.61	1.58		





12/6/2023 szerda	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Csontleves	459.64	109.96	5.05	2.69	0.39	16.49	0.00	0.53	  	
			Sertés sült	690.77	165.26	21.26	8.11	2.89	1.60	0.00	0.41		
			Paradicsomos káposzta	1 532.66	366.67	8.71	10.34	1.26	58.75	19.98	0.51		
			Fehér kenyér	767.93	183.72	7.00	0.56	0.21	37.45	0.00	0.08		
		Összesen:	3 451.00	825.61	42.02	21.70	4.75	114.29	19.98	1.53			
	(00157) Gluténm. 11-14	E	Csontleves	437.12	104.57	3.40	2.48	0.33	17.11	0.75	0.45		
			Paradicsomos káposzta	1 325.66	317.14	7.16	5.73	0.61	58.34	19.98	1.00		
			Sertés sült	704.50	168.54	21.41	8.14	2.89	2.20	0.00	0.28		
			Zsemle gluténmentes	712.80	170.52	3.18	2.46	0.22	33.76	2.80	0.80		
		Összesen:	3 180.08	760.77	35.15	18.81	4.05	111.41	23.53	2.53			





12/7/2023 csütörtök	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Tárkonyos csirkeraguleves	634.57	151.81	17.30	4.03	1.74	11.28	0.46	0.31		
			Burgonyás tészta	2 405.93	575.58	17.74	9.76	1.29	102.71	0.00	0.82		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 098.04	741.16	35.64	13.89	3.03	116.59	0.46	1.63		
	(00157) Gluténm. 11-14	E	Tárkonyos csirkeraguleves	698.38	167.08	19.53	4.12	1.75	12.62	0.46	0.86		
			Burgonyás tészta	2 137.23	511.30	8.44	6.75	0.72	101.99	4.00	0.41		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	2 893.15	692.15	28.57	10.97	2.47	117.21	4.46	1.77		





12/8/2023 péntek	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Tarhonyaleves	805.06	192.60	4.31	8.17	1.73	24.88	0.00	0.45	 	
			Rakott karfiol	2 035.16	486.88	23.65	18.36	5.53	56.06	0.00	0.35		
			Nápolyi, diab	50.17	12.00	0.16	0.68	0.24	1.30	0.60	0.01	      	
			Összesen:	2 890.39	691.48	28.12	27.21	7.50	82.24	0.60	0.81		
	(00157) Gluténm. 11-14	E	Tarhonyaleves	863.28	206.53	4.49	9.63	2.28	24.88	0.00	0.52		
			Rakott karfiol	2 035.16	486.88	23.65	18.36	5.53	56.06	0.00	0.35		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 043.85	728.20	28.54	28.39	7.81	87.94	0.00	0.88		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

