



Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár		
4/22/2024	hétfő	(00001)	Normál 19-69 1x	E	Csirkepaprikás	961.75	230.08	22.89	11.54	3.39	8.41	0.02	0.28		
				Lencseleves	813.73	194.67	11.72	2.99	0.36	30.16	2.05	0.54			
				Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.77			
				Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00			
				Összesen:	3 681.88	880.83	50.31	21.01	4.69	121.27	2.07	1.59			
4/23/2024	kedd	(00001)	Normál 19-69 1x	E	Zöldségleves vajos galuskával	668.25	159.87	6.46	4.81	1.24	22.40	0.05	0.73		
				Burgonyafőzelék	1 442.21	345.03	8.79	8.92	3.09	56.27	0.00	0.06			
				Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51			
				Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
				Összesen:	3 754.38	898.18	44.74	24.09	7.60	123.71	0.05	1.79			
4/24/2024	szerda	(00001)	Normál 19-69 1x	E	Karfiolleves	413.02	98.81	3.80	3.56	0.44	12.80	0.02	0.64		
				Sült csirkecomb filé	644.85	154.27	20.94	7.44	1.57	0.70	0.00	0.24			
				Burgonyapüré	1 314.27	314.42	8.98	6.24	2.23	54.26	0.00	0.17			
				Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20			
				Összesen:	2 493.36	596.50	34.52	17.34	4.24	73.96	4.32	1.25			





4/25/2024 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Rántott hal	1 451.58	347.27	24.37	14.28	2.64	28.80	0.00	0.82		
		Zöldséges rizs	1 288.12	308.16	8.07	4.51	0.53	58.38	0.00	0.37		
		Tartármártás	538.64	128.86	1.15	11.47	3.23	5.71	2.00	0.51		
		Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15		
		Összesen:	3 508.86	839.44	35.36	32.37	6.65	100.07	2.02	1.85		
4/26/2024 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Fehér kenyér	274.26	65.61	2.50	0.20	0.08	13.38	0.00	0.03		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Ízes bukta	2 265.82	542.06	16.50	15.76	2.49	82.85	8.76	0.10		
		Gulyásleves	1 207.27	288.82	17.88	8.44	2.15	34.35	0.05	0.93		
		Összesen:	3 892.76	931.28	37.28	24.80	4.72	137.58	8.81	1.07		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

