



Tételes étlap 2023.10.02. - 2023.10.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/2/2023 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E	Bakonyi betyárleves	1 410.48	337.44	16.45	24.37	9.76	12.52	0.00	0.94		
			Darásmetélt baracklekvárral	2 257.92	540.17	15.18	12.51	1.70	90.98	10.86	0.57		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 784.73	905.44	31.95	37.20	11.46	109.10	10.86	1.52		
10/3/2023 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E	Tavaszi zöldségleves	257.88	61.69	3.27	0.48	0.07	10.92	0.05	0.15		
			Zöldborsófőzelék	1 359.14	325.16	15.98	11.91	3.29	37.65	3.00	0.08		
			Sertés pörkölt	1 583.39	378.80	18.37	31.50	9.36	4.97	0.00	0.19		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	3 529.52	844.39	40.62	44.13	12.81	69.59	3.05	0.45		
10/4/2023 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E	Májgombóclevés	1 117.54	267.35	12.60	8.91	5.47	32.94	1.86	1.79		
			Tavaszi csirkeragu	1 231.64	294.65	32.84	13.03	5.27	11.22	0.55	0.97		
			Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
			Összesen:	3 577.54	855.87	51.84	24.04	11.00	106.16	2.41	2.87		
10/5/2023 csütörtök	(00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldségkrémleves	832.46	199.15	3.66	12.90	1.54	16.77	1.01	0.26		
			Sertéssült	1 272.63	304.46	17.50	25.76	8.73	0.30	0.00	0.56		
			Burgonyapüré	1 359.22	325.17	9.21	5.71	2.02	57.83	0.00	0.15		





0/5/202		E	Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
			Összesen:	3 585.53	857.78	31.17	44.47	12.29	81.10	5.31	1.17		
10/6/2023	péntek	E	Reszelttészta leves	608.43	145.56	2.38	9.75	1.15	11.94	0.01	0.55		
			Rakott káposzta	2 356.81	563.83	21.24	32.31	12.28	46.22	0.00	1.22		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	3 294.35	788.13	26.62	42.30	13.52	74.21	0.01	1.80		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

