



Tételes étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/21/2022 hétfő (00001) Normál 19-69 1x	E Lebbencsleves	1 063.46	254.42	6.87	5.59	1.66	43.45	0.05	0.78		
	Rakott karfiol	2 004.25	479.48	20.98	29.77	9.51	31.23	0.00	0.84		
	Összesen:	3 067.71	733.90	27.85	35.36	11.17	74.68	0.05	1.62		
11/22/2022 kedd (00001) Normál 19-69 1x	E Nyírségi gombóclevés	1 460.67	349.44	26.53	14.36	8.83	27.89	5.18	1.17		
	Mákos tészta	1 801.79	431.05	15.08	11.23	2.31	66.90	5.00	0.99		
	Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
	Összesen:	3 378.79	808.32	41.93	25.91	11.14	100.39	10.18	2.17		
11/23/2022 szerda (00001) Normál 19-69 1x	E Sertésraguleves	1 038.17	248.37	12.84	18.27	5.55	7.69	0.00	0.71		
	Tökfőzelék	1 024.54	245.11	6.21	10.40	2.58	31.15	0.04	0.59		
	Pípiropogós	554.90	132.75	25.80	3.00	0.76	0.48	0.00	0.05		
	Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
	Összesen:	2 946.72	704.97	47.85	31.91	8.98	55.37	0.04	1.38		
11/24/2022 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E Májgombóclevés	1 117.54	267.35	12.60	8.91	5.47	32.94	1.86	1.79		
	Édes-savanyú csirke	2 019.20	483.06	33.84	4.71	0.72	75.55	18.73	1.07		
	Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
	Összesen:	4 365.10	1 044.28	52.84	15.72	6.45	170.49	20.59	2.97		





11/25/2022 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Kertészleves	301.33	72.09	2.24	3.10	0.36	8.64	0.01	0.13		
		Sertéssült	1 280.90	306.44	17.56	25.76	8.73	0.72	0.00	0.56		
		Burgonyapüré	1 510.24	361.30	10.23	6.34	2.24	64.26	0.00	0.17		
		Vitamin saláta	427.60	102.30	1.58	0.55	0.04	21.92	8.10	0.32		
		Összesen:	3 520.07	842.13	31.61	35.75	11.37	95.54	8.11	1.18		

.....  
Kóhalmi Katalin  
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

