



Tételes étlap 2022.12.05. - 2022.12.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/5/2022 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E	Palócleves	1 900.51	454.67	20.11	29.92	10.04	25.45	0.05	0.49		
			Darásmetélt baracklekvárral	2 093.28	500.78	15.12	12.51	1.70	81.31	2.72	0.56		
			Összesen:	3 993.79	955.45	35.23	42.43	11.74	106.76	2.77	1.05		
12/6/2022 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E	Tarhonyaleves	589.64	141.06	3.51	5.55	1.23	18.83	0.00	0.52		
			Zöldborsófőzelék	1 359.14	325.16	15.98	11.91	3.29	37.65	3.00	0.08		
			Aprópecsenye	1 328.45	317.81	17.66	26.70	8.84	1.33	0.00	0.96		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	3 606.34	862.77	40.15	44.40	13.45	73.86	3.00	1.59		
12/7/2022 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E	Tavaszi zöldségleves	456.04	109.10	5.87	0.83	0.11	19.24	0.05	0.70		
			Paradicsom mártás	927.84	221.97	4.15	5.20	0.60	39.37	19.98	0.59		
			Húsgombóc (árpagyönggyel)	735.56	175.97	15.07	5.65	1.90	16.00	0.00	0.14		
			Főtt burgonya	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.02		
			Fehér kenyér	329.11	78.74	3.00	0.24	0.09	16.05	0.00	0.03		
			Összesen:	3 036.47	726.43	31.84	12.22	2.74	120.66	20.03	1.48		





12/8/2022 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Legényfogó leves	1 223.50	292.70	29.63	10.72	7.95	18.89	0.82	1.05		
		Aranygaluska	2 096.14	501.47	15.48	22.93	6.70	57.40	6.99	0.78		
		Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02		
		Összesen:	3 537.76	846.35	45.71	34.25	14.65	86.79	7.81	1.85		
12/9/2022 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Csurgatott tojás leves	672.04	160.77	4.34	8.89	1.26	15.66	0.00	0.24		
		Csirkemellfilé Dubarry módra	1 776.23	424.94	34.53	21.89	9.96	22.01	0.82	0.64		
		Párolt rizs	1 228.36	293.87	6.40	2.10	0.26	62.00	0.00	0.11		
		Összesen:	3 676.63	879.58	45.27	32.88	11.48	99.67	0.82	0.99		

.....
Kóhalmi Katalin
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

