





Tételes étlap 2024.08.05. - 2024.08.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
8/5/2024 hétfő	(00050) Epekímélő	E Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 580.17	617.26	24.88	23.79	11.28	75.19	0.00	1.28		
		Összesen:	3 243.98	776.07	44.42	29.31	12.00	82.62	0.00	2.11		
	(00080) Májkímélő	E Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 580.17	617.26	24.88	23.79	11.28	75.19	0.00	1.28		
		Összesen:	3 243.98	776.07	44.42	29.31	12.00	82.62	0.00	2.11		
	(00101) Diab. 180g	E Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
		Káposztás kocka	2 263.14	541.42	18.22	14.02	1.84	84.43	0.00	10.52		
		Összesen:	2 926.95	700.23	37.76	19.54	2.56	91.86	0.00	11.35		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Csirkeraguleves	558.56	133.63	19.54	2.74	0.40	7.43	0.00	0.83		
		Káposztás tészta	1 682.61	402.54	12.03	10.11	1.23	63.57	0.00	1.55		
		Kókuszgolyó	1 413.89	338.25	2.27	17.03	5.75	42.41	16.55	0.54		
Összesen:		3 655.06	874.42	33.84	29.88	7.38	113.41	16.55	2.92			





8/5/2024 hétfő (00430) Laktózmentes 19-69	E	Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
		Káposztás tészta	2 296.83	549.48	18.21	14.94	1.94	84.36	0.00	0.88	 	
		Összesen:	2 960.64	708.29	37.75	20.46	2.66	91.79	0.00	1.71		





8/6/2024 kedd	(00050) Epekímélő	E Almaleves mir	525.42	125.70	1.82	3.63	1.96	20.85	9.99	0.52		
		Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Összesen:	2 989.90	715.29	30.76	21.21	4.70	99.05	9.99	0.87		
	(00080) Májkímélő	E Almaleves mir	525.42	125.70	1.82	3.63	1.96	20.85	9.99	0.52		
		Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Összesen:	2 989.90	715.29	30.76	21.21	4.70	99.05	9.99	0.87		
	(00101) Diab. 180g	E Almaleves	414.23	99.10	2.05	4.48	2.08	12.17	0.00	1.01		
		Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Majonézes kukorica	600.73	143.72	2.73	4.48	1.38	22.95	9.99	0.10		
		Összesen:	3 479.44	832.41	33.72	26.54	6.20	113.32	9.99	1.46		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Almaleves mir	396.79	94.93	1.03	3.55	1.93	14.20	3.00	0.52		
		Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
Majonézes kukorica		756.23	180.92	3.09	8.15	2.65	23.72	9.99	0.19			
Összesen:		3 617.50	865.44	33.06	29.28	7.32	116.12	12.99	1.06			





8/6/2024 kedd (00430) Laktózmentes 19-69	E	Almaleves mir	407.94	97.59	1.82	3.63	1.96	13.86	3.00	0.52		
		Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Majonézes kukorica	648.63	155.18	2.50	5.77	0.86	23.41	9.99	0.26		
		Összesen:	3 521.05	842.36	33.26	26.98	5.56	115.47	12.99	1.13		





8/7/2024 szerda		(00050) Epekímélő		E		Zöldségleves snidlinges galuskával		Aprópecsenye		Főtt burgonya		Csemege uborka		Összesen:		Ikonok				
						1 054.79	252.34	10.44	5.28	1.00	40.39	0.05	0.70	1 054.79	252.34	10.44	5.28	1.00	40.39	0.05
(00080) Májkimélő		E		Zöldségleves snidlinges galuskával		Aprópecsenye		Főtt burgonya		Csemege uborka		Összesen:								
				1 054.79	252.34	10.44	5.28	1.00	40.39	0.05	0.70	1 054.79	252.34	10.44	5.28	1.00	40.39	0.05	0.70	🍷 🍷 🍷
				861.86	206.19	21.16	12.76	3.42	1.43	0.00	1.00	861.86	206.19	21.16	12.76	3.42	1.43	0.00	1.00	
				979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.03	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.03	
				57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50	🍷
(00101) Diab. 180g		E		Zöldségleves snidlinges galuskával		Csikós tokány		Burgonyakrokkett		Összesen:										
				662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72	662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72	🍷 🍷 🍷
				1 007.81	241.10	18.85	15.44	5.69	6.38	0.00	0.83	1 007.81	241.10	18.85	15.44	5.69	6.38	0.00	0.83	🍷 🍷
				1 563.74	374.10	7.25	11.78	1.56	62.00	6.00	0.15	1 563.74	374.10	7.25	11.78	1.56	62.00	6.00	0.15	🍷 🍷
				3 234.46	773.79	34.24	28.75	7.57	96.10	6.05	1.70	3 234.46	773.79	34.24	28.75	7.57	96.10	6.05	1.70	





8/7/2024 szerda												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
		Csikós tokány	1 027.40	245.79	18.37	15.49	5.66	7.92	0.00	0.83		
		Burgonyakrokett	1 773.50	424.28	8.15	2.95	0.50	89.69	0.23	1.08		
		Összesen:	3 164.03	756.94	29.79	21.71	6.55	108.53	0.28	2.06		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72		
		Csikós tokány	977.56	233.87	18.89	14.60	5.57	6.44	0.00	0.83		
		Burgonyakrokett	2 104.43	503.45	14.63	10.83	1.66	85.32	0.00	0.27		
		Összesen:	3 744.90	895.91	41.66	26.96	7.55	119.48	0.05	1.82		





8/8/2024 csütörtök														
csütörtök	(00050) Epekímélő	E	Olasz zöldségleves	531.23	127.09	4.69	5.57	1.22	14.28	0.00	0.83			
			Zöldséges csirkeragu	856.09	204.81	21.64	8.40	1.10	10.36	0.00	0.72			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Összesen:	3 010.48	720.22	34.33	18.91	2.90	102.14	0.00	1.66			
	(00080) Májkimélő	E	Olasz zöldségleves	531.23	127.09	4.69	5.57	1.22	14.28	0.00	0.83			
			Zöldséges csirkeragu	856.09	204.81	21.64	8.40	1.10	10.36	0.00	0.72			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Összesen:	3 010.48	720.22	34.33	18.91	2.90	102.14	0.00	1.66			
	(00101) Diab. 180g	E	Olasz zöldségleves	531.23	127.09	4.69	5.57	1.22	14.28	0.00	0.83			
			Tejszínes gombás csirke	1 110.96	265.78	30.30	10.71	3.74	11.73	0.00	0.25			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Összesen:	3 265.35	781.19	42.99	21.22	5.54	103.51	0.00	1.19			
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Olasz zöldségleves	835.66	199.92	6.55	10.75	3.17	18.74	0.00	1.25				
		Tejszínes gombás csirke	1 118.30	267.53	29.00	11.54	3.80	11.59	0.00	0.25				
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11				
		Összesen:	3 577.12	855.77	43.55	27.23	7.55	107.83	0.00	1.61				





8/8/2024 csütörtök (00430) Laktózmentes 19-69	E	Olasz zöldségleves	531.23	127.09	4.69	5.57	1.22	14.28	0.00	0.83			
		Tejszínes gombás csirke	1 110.96	265.78	30.30	10.71	3.74	11.73	0.00	0.25			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
		Összesen:	3 265.35	781.19	42.99	21.22	5.54	103.51	0.00	1.19			








8/9/2024 péntek	(00050) Epekímélő	E Gulyásleves	1 172.19	280.43	17.88	7.51	2.04	34.35	0.05	0.93		
		Pogácsa	2 375.24	568.24	20.14	21.24	8.20	73.46	0.00	1.16		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 692.84	883.46	38.42	29.15	10.24	114.81	0.05	2.10		
	(00080) Májkimélő	E Gulyásleves	1 172.19	280.43	17.88	7.51	2.04	34.35	0.05	0.93		
		Pogácsa	2 375.24	568.24	20.14	21.24	8.20	73.46	0.00	1.16		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 692.84	883.46	38.42	29.15	10.24	114.81	0.05	2.10		
	(00101) Diab. 180g	E Gulyásleves	1 172.19	280.43	17.88	7.51	2.04	34.35	0.05	0.93		
		Pogácsa	2 375.24	568.24	20.14	21.24	8.20	73.46	0.00	1.16		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 692.84	883.46	38.42	29.15	10.24	114.81	0.05	2.10		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Gulyásleves	1 172.19	280.43	17.88	7.51	2.04	34.35	0.05	0.93		
		Burgonyás pogácsa	1 720.78	411.67	2.84	21.68	5.85	50.50	0.00	1.51		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 038.38	726.89	21.12	29.59	7.89	91.85	0.05	2.45		





8/9/2024 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Gulyásleves	1 172.19	280.43	17.88	7.51	2.04	34.35	0.05	0.93		
		Burgonyás pogácsa	1 720.78	411.67	2.84	21.68	5.85	50.50	0.00	1.51	 	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 038.38	726.89	21.12	29.59	7.89	91.85	0.05	2.45		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

