



Tételes étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
7/29/2024	hétfő	(00001)	Normál 19-69 1x	E Zellerkrémleves mir.	528.34	126.40	3.33	6.47	2.33	13.23	0.05	0.67		
				Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
				Bolognai ragu	793.34	189.79	17.39	8.45	2.52	10.83	7.99	0.32		
				Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
				Trappista sajt	310.88	74.37	5.54	5.62	3.57	0.32	0.00	0.09		
			Összesen:	3 573.02	854.78	42.10	30.53	9.82	101.56	8.04	1.86			
7/30/2024	kedd	(00001)	Normál 19-69 1x	E Karfiolleves	302.86	72.45	3.42	1.52	0.21	11.22	0.02	0.60		
				Lencsefőzelék	1 236.88	295.90	15.51	7.30	2.40	41.69	5.00	0.62		
				Sült kolbász	945.10	226.10	10.90	20.16	7.16	0.14	0.00	1.34		
				Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
							Összesen:	3 078.45	736.46	35.39	29.71	9.81	81.18	5.02
7/31/2024	szerda	(00001)	Normál 19-69 1x	E Csurgatott tojás leves	608.22	145.50	5.15	6.82	1.13	15.69	0.00	0.06		
				Temesvári sertésragu	1 128.75	270.03	20.11	16.89	5.79	9.02	0.00	0.79		
				Bulgur	1 501.17	359.13	12.29	3.19	0.44	75.87	0.00	0.53		
				Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
							Összesen:	3 354.47	802.49	37.87	27.22	7.36	106.18	0.00





8/1/2024 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60		
		Szezámagos csirkemell	1 604.68	383.89	32.21	14.84	2.13	29.93	0.00	0.72		
		Burgonyapüré	1 444.35	345.54	9.67	8.90	3.10	55.33	0.00	0.22		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 506.19	838.80	47.62	26.11	5.47	101.25	0.01	2.04		
8/2/2024 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Paradicsomleves	1 035.12	247.64	4.67	7.33	0.80	40.39	19.98	0.92		
		Rakott káposzta	2 115.02	505.99	24.12	24.59	9.08	46.43	0.00	1.22		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		Összesen:	3 743.75	895.64	34.35	32.65	9.92	114.95	19.98	2.72		
8/3/2024 szombat (00001) Normál 19-69 1x	E	Reszeltészta leves	608.43	145.56	2.38	9.75	1.15	11.94	0.01	0.55		
		Csirkemell-máj rizottó	2 288.34	547.45	37.87	12.33	4.68	70.66	0.05	0.66		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	2 954.31	706.78	40.85	22.18	5.83	85.20	0.06	1.71		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

