



Tételes étlap 2024.09.02. - 2024.09.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/2/2024 hétfő	(00050) Epekímélő	E Tejfölös burgonyaleves	1 233.94	295.20	6.39	11.18	2.90	41.36	0.05	0.67		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 580.17	617.26	24.88	23.79	11.28	75.19	0.00	1.28		
		Nektarin	231.08	55.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00		
		Összesen:	4 045.19	967.74	32.21	35.43	14.23	128.33	0.05	1.95		
	(00080) Májkímélő	E Tejfölös burgonyaleves	1 233.94	295.20	6.39	11.18	2.90	41.36	0.05	0.67		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 580.17	617.26	24.88	23.79	11.28	75.19	0.00	1.28		
		Nektarin	231.08	55.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00		
		Összesen:	4 045.19	967.74	32.21	35.43	14.23	128.33	0.05	1.95		
	(00101) Diab. 180g	E Palócleves mir diab	1 269.42	303.69	17.62	16.85	5.33	19.94	0.05	3.06		
		Mákos metélt	1 411.74	337.74	10.58	14.86	2.66	40.03	0.00	5.23		
		Nektarin	231.08	55.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00		
		Összesen:	2 912.24	696.71	29.14	32.17	8.04	71.75	0.05	8.29		
(00158) Gluténmentes 19-69	E Palócleves	1 469.08	351.45	21.80	15.72	4.36	30.09	0.05	0.49			
	Mákos tészta	1 681.65	402.31	6.28	10.11	1.95	70.18	9.00	0.59			
	Nektarin	231.08	55.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00			
	Összesen:	3 381.81	809.04	29.02	26.29	6.36	112.05	9.05	1.08			





9/2/2024 hétfő (00430) Laktózmentes 19-69	E	Palócleves	1 396.16	334.01	22.44	15.76	4.38	25.02	0.05	0.49		
		Mákos tészta	1 801.79	431.05	15.08	11.23	2.31	66.90	5.00	0.99		
		Nektarin	231.08	55.28	0.94	0.46	0.05	11.78	0.00	0.00		
		Összesen:	3 429.03	820.34	38.46	27.45	6.74	103.70	5.05	1.48		





9/3/2024 kedd	(00050) Epekímélő	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
			Zöldborsófőzelék	1 142.34	273.29	11.51	12.11	2.92	28.95	3.00	0.04		
			Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07		
			Összesen:	3 560.67	851.84	57.31	28.35	8.18	90.40	3.00	1.36		
	(00080) Májikímélő	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
			Zöldborsófőzelék	1 142.34	273.29	11.51	12.11	2.92	28.95	3.00	0.04		
			Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07		
			Összesen:	3 560.67	851.84	57.31	28.35	8.18	90.40	3.00	1.36		
	(00101) Diab. 180g	E	Tárkonyos csirkeraguleves	764.95	183.00	18.82	6.54	3.19	11.87	0.01	0.34		
			Zöldborsófőzelék	1 142.34	273.29	11.51	12.11	2.92	28.95	3.00	0.04		
		Pipiropogós	554.90	132.75	25.80	3.00	0.76	0.48	0.00	0.05			
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Összesen:	2 956.86	707.38	60.76	22.26	6.91	64.74	3.01	0.92			





9/3/2024 kedd													
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tárkonyos csirkeraguleves	760.15	181.85	21.17	4.21	2.12	14.46	0.01	0.94			
		Vagdalt	815.42	195.07	21.33	8.82	2.97	7.31	0.18	0.26			
		Zöldborsófőzelék	1 555.10	372.03	15.00	14.30	3.90	44.97	3.00	0.06	 		
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40			
		Összesen:	3 487.07	834.21	59.09	28.56	9.10	83.62	4.59	1.66			
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldborsófőzelék	1 407.58	336.74	16.07	13.11	3.77	37.80	3.00	0.07			
		Vagdalt	1 149.25	274.94	24.86	9.75	3.23	21.60	0.00	0.51	 		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Tárkonyos csirkeraguleves	764.95	183.00	18.82	6.54	3.19	11.87	0.01	0.34	 		
		Összesen:	3 816.45	913.02	64.38	30.01	10.23	94.71	3.01	1.41			






9/4/2024 szerda	(00050) Epekímélő	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.05	0.67		
			Rizses csirke	2 438.19	583.30	36.67	18.08	2.90	67.71	0.00	0.84		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01		
			Összesen:	3 645.45	872.12	42.64	24.21	3.75	119.82	14.05	1.52		
	(00080) Májkímélő	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.05	0.67		
			Rizses csirke	2 438.19	583.30	36.67	18.08	2.90	67.71	0.00	0.84		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01		
			Összesen:	3 645.45	872.12	42.64	24.21	3.75	119.82	14.05	1.52		
	(00101) Diab. 180g	E	Reszelttészta leves	608.43	145.56	2.38	9.75	1.15	11.94	0.01	0.55		
			Rakott karfiol	2 386.37	570.90	26.34	23.69	7.02	62.38	0.00	0.85		
			Összesen:	2 994.80	716.46	28.72	33.44	8.17	74.32	0.01	1.40		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Rántott leves	754.39	180.48	1.08	9.64	1.13	22.32	0.05	0.23		
			Rakott karfiol	1 746.77	417.89	23.20	21.89	6.78	31.49	0.00	0.85		
			Zsemle gluténmentes	712.80	170.52	3.18	2.46	0.22	33.76	2.80	0.80		
			Összesen:	3 213.96	768.89	27.46	33.99	8.13	87.57	2.85	1.88		





9/4/2024 szerda (00430) Laktózmentes 19-69	E	Reszeltészta leves	608.43	145.56	2.38	9.75	1.15	11.94	0.01	0.55		
		Rakott karfiol	2 108.52	504.43	25.27	20.38	5.83	54.35	0.00	0.85		
		Összesen:	2 716.95	649.99	27.65	30.13	6.98	66.29	0.01	1.40		





9/5/2024 csütörtök	(00050) Epekímélő	E	Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60	
			Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03	
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50	
			Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.01	0.17	
			Összesen:	2 720.28	650.78	31.72	26.19	6.56	70.22	0.01	1.30	
	(00080) Májikímélő	E	Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60	
			Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03	
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50	
			Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.01	0.17	
			Összesen:	2 720.28	650.78	31.72	26.19	6.56	70.22	0.01	1.30	
	(00101) Diab. 180g	E	Vitamin saláta	1 277.24	305.56	12.52	19.65	6.12	19.49	0.00	2.73	
			Fokhagymakrémleves	323.90	77.49	2.47	3.31	1.97	9.37	0.00	0.32	
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60	
			Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03	
		Összesen:	3 897.75	932.47	43.08	46.51	12.77	83.54	0.00	3.78		





9/5/2024 csütörtök												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Fokhagymakrémleves	426.05	101.92	1.45	3.24	1.93	16.62	0.00	0.32		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03		
		Vitaminsaláta	205.39	49.14	1.52	0.30	0.04	9.85	3.00	0.08		
		Összesen:	2 698.01	645.45	30.22	23.28	6.19	76.87	3.00	1.03		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Fokhagymakrémleves	360.19	86.17	2.64	4.11	2.45	9.56	0.00	0.33		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03		
		Vitaminsaláta	205.39	49.14	1.52	0.30	0.04	9.85	3.00	0.08		
		Összesen:	2 862.19	684.73	32.25	27.96	7.17	74.09	3.00	1.14		





9/6/2024 péntek	(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15			
			Sárgarépas sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	0.60			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01			
			Összesen:	3 245.89	776.53	33.65	19.23	4.20	115.91	14.05	0.87			
	(00080) Májkímélő	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14			
			Sárgarépas sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	0.60			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	14.00	0.01			
			Összesen:	3 536.71	846.11	35.15	22.59	4.72	124.09	14.00	0.86			
	(00101) Diab. 180g	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14			
			Mexikói sertésragu	1 059.85	253.55	19.63	14.36	3.18	11.06	0.00	1.36			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11				
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01				
		Összesen:	3 453.29	826.15	32.72	26.25	4.67	113.26	0.00	1.62				





9/6/2024 péntek	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Karalábéleves	367.39	87.89	1.94	3.10	0.37	12.84	0.16	0.36			
			Mexikói sertésragu	1 059.85	253.55	19.63	14.36	3.18	11.06	0.00	1.36			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01			
			Összesen:	3 166.73	757.59	29.89	22.72	4.13	107.00	0.16	1.84			
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14			
			Mexikói sertésragu	1 059.85	253.55	19.63	14.36	3.18	11.06	0.00	1.36			
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01			
			Összesen:	3 453.29	826.15	32.72	26.25	4.67	113.26	0.00	1.62			

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

