



Tételes étlap 2024.09.09. - 2024.09.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/9/2024 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E	Csirkepaprikás	1 024.29	245.05	22.92	13.18	3.82	8.46	0.02	0.27		
			Lencseleves	799.26	191.21	11.58	2.98	0.35	29.45	2.05	0.54		
			Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
			Szilva	198.19	47.41	0.80	0.00	0.00	10.20	0.00	0.01		
			Összesen:	3 732.16	892.86	50.30	22.34	5.11	121.01	2.07	1.50		
9/10/2024 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldségleves vajos galuskával	668.25	159.87	6.46	4.81	1.24	22.40	0.05	0.73		
			Burgonyafőzelék	1 536.02	367.47	8.83	11.38	3.74	56.34	0.00	0.05		
			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		
			Összesen:	3 848.19	920.62	44.78	26.55	8.25	123.78	0.05	1.78		
9/11/2024 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E	Karfiolleves	302.86	72.45	3.42	1.52	0.21	11.22	0.02	0.60		
			Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
			Burgonyapüré	1 444.35	345.54	9.67	8.90	3.10	55.33	0.00	0.22		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	4.30	0.20		
			Összesen:	2 709.75	648.26	34.83	23.16	5.47	73.45	4.32	1.26		





9/12/2024 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Rántott hal	1 451.58	347.27	24.37	14.28	2.64	28.80	0.00	0.82		
		Zöldséges rizs	1 425.28	340.98	8.74	4.53	0.54	65.84	0.00	0.37		
		Tartármártás	616.81	147.56	1.18	13.52	3.77	5.77	2.00	0.50		
		Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15		
		Összesen:	3 724.19	890.96	36.06	34.44	7.20	107.59	2.02	1.84		
9/13/2024 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Gulyásleves	1 172.19	280.43	17.88	7.51	2.04	34.35	0.05	0.93		
		Ízes bukta	2 121.08	507.44	15.15	15.66	2.44	75.81	8.76	0.10		
		Fehér kenyér	274.26	65.61	2.50	0.20	0.08	13.38	0.00	0.03		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 683.86	881.31	35.85	23.69	4.56	129.14	8.81	1.07		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

