



Tételes étlap 2024.09.16. - 2024.09.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/16/2024	hétfő (00001) Normál 19-69 1x	E Tárkonyos csirkeraguleves	764.95	183.00	18.82	6.54	3.19	11.87	0.01	0.34		
		Darásmetélt	2 128.74	509.27	16.60	11.00	1.55	85.37	0.00	0.62		
		Sárgabarackdzsem	439.05	105.04	0.16	0.00	0.00	25.80	21.72	0.02		
		Összesen:	3 332.74	797.31	35.58	17.54	4.74	123.04	21.73	0.98		
9/17/2024	kedd (00001) Normál 19-69 1x	E Csontleves	474.66	113.56	5.29	2.99	0.43	16.54	0.00	0.53		
		Paradicsomos káposzta	1 465.35	350.56	9.83	5.91	0.73	63.58	19.98	0.80		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
Összesen:	3 170.55	758.50	40.75	19.47	4.30	103.96	19.98	2.42				
9/18/2024	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		
		Zöldborsós sertésragu	1 157.82	276.99	22.66	14.32	5.16	14.03	0.04	0.27		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
Összesen:	3 534.61	845.60	36.21	26.48	6.87	114.22	0.04	0.45				





<b>9/19/2024</b> <b>csütörtök</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Nyírségi gombóclevés	824.74	197.31	22.39	4.27	2.16	16.96	0.00	0.94		
		Túrógombóc	2 092.78	500.67	18.64	6.82	0.55	88.46	0.00	0.39		
		Összesen:	2 917.52	697.98	41.03	11.09	2.71	105.42	0.00	1.33		
<b>9/20/2024</b> <b>péntek</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Sütőtök krémleves	795.07	190.21	2.97	5.72	2.17	31.49	9.99	0.04		
		Rakott zöldbab	2 160.88	516.96	29.04	17.40	6.62	60.01	0.00	0.52		
		Levesgyöngy	345.06	82.55	1.25	5.72	0.70	6.41	0.00	0.16		
		Összesen:	3 301.01	789.72	33.26	28.84	9.49	97.91	9.99	0.72		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

