



Tételes étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/4/2024 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E	Vegyes gyümölcsleves	748.56	179.08	2.26	3.58	1.97	33.65	19.98	0.03		
			Hentes tokány	1 242.98	297.36	22.32	16.44	4.82	14.64	0.00	0.94		
			Bulgur	1 501.17	359.13	12.29	3.19	0.44	75.87	0.00	0.53		
			Összesen:	3 492.71	835.57	36.87	23.21	7.23	124.16	19.98	1.50		
11/5/2024 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
			Paradicsom mártás	702.77	168.13	3.18	4.21	0.46	29.15	14.99	0.60		
			Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
			Összesen:	3 602.64	861.88	34.72	14.85	3.31	145.17	15.00	1.48		
11/6/2024 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldséges zellerleves	350.59	83.87	1.50	4.93	0.56	8.03	0.02	0.16		
			Bolognai halragu	707.18	169.18	14.29	7.32	1.39	10.51	7.99	0.37		
			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:	3 079.07	736.61	36.33	24.05	6.46	91.76	8.01	1.30		





11/7/2024 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Tejfölös burgonyaleves	959.58	229.56	4.64	11.04	2.88	27.36	0.05	0.66	  	
		Rántott sertésszelet	1 321.26	316.09	29.67	11.89	3.89	22.23	0.00	0.67	 	
		Rizi-bizi	1 024.99	245.21	6.19	4.98	0.58	43.62	0.02	0.01		
		Csemege uborka	40.28	9.64	0.42	0.07	0.00	1.82	0.00	0.35		
		Összesen:	3 346.11	800.50	40.92	27.98	7.35	95.03	0.07	1.69		
11/8/2024 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60	 	
		Pincepörkölt	1 934.29	462.75	23.71	16.44	3.43	53.48	0.00	0.41		
		Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		Összesen:	2 965.59	709.48	34.95	19.31	3.92	97.02	0.01	1.16		

.....  
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

