



Tételes étlap 2024.11.25. - 2024.12.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/25/2024	hétfő (00001) Normál 19-69 1x	E	Nyírségi gombóclevés	824.74	197.31	22.39	4.27	2.16	16.96	0.00	0.94		
			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:	3 392.53	811.62	39.15	15.27	3.71	128.13	21.72	1.58		
11/26/2024	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				
11/27/2024	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>11/28/2024</b> <b>csütörtök</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
		Túrógombóc	2 092.78	500.67	18.64	6.82	0.55	88.46	0.00	0.39		
		Tejföl	543.74	130.08	1.95	12.52	6.31	2.24	0.00	0.05		
		Összesen:	3 300.33	789.56	40.13	24.86	7.58	98.13	0.00	1.27		
<b>11/29/2024</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!

