



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/3/2025 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E	Túrós tészta	2 154.48	515.42	27.96	10.86	3.87	75.86	0.00	1.15		
			Tejföl	543.74	130.08	1.95	12.52	6.31	2.24	0.00	0.05		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Húsgombóclevés	507.30	121.36	8.72	2.94	0.90	14.75	0.01	0.21		
			Összesen:	3 350.93	801.65	39.03	26.72	11.08	99.85	0.01	1.42		
2/4/2025 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Zöldbabfőzelék	882.34	211.09	8.49	6.87	3.18	28.35	0.02	0.03		
			Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Piskótatekercs	654.87	156.67	3.59	4.75	2.34	24.67	13.85	0.05		
			Összesen:	3 540.58	847.03	42.78	31.32	9.68	97.14	13.92	1.04		
2/5/2025 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E	Karalábélevés	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15		
			Bakonyi sertéstokány	1 470.39	351.77	28.32	21.07	7.51	11.79	0.00	2.54		
			Galuska köret	1 738.44	415.89	17.82	6.70	1.70	70.59	0.00	0.12		
			Összesen:	3 439.35	822.81	47.91	29.88	9.46	89.56	0.02	2.81		





<b>2/6/2025</b> <b>csütörtök</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Brokkolikrémleves	482.14	115.34	5.27	6.54	2.44	8.72	0.00	0.57	 	
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 	
		Rántott hal magas bundában	1 563.56	374.06	25.34	15.12	2.68	32.60	0.00	0.92	  	
		Zöldséges bulgur	1 318.13	315.34	12.33	3.16	0.40	63.07	0.00	0.59		
		<b>Összesen:</b>	<b>3 593.87</b>	<b>859.77</b>	<b>43.78</b>	<b>28.63</b>	<b>5.98</b>	<b>108.67</b>	<b>0.00</b>	<b>2.18</b>		
<b>2/7/2025</b> <b>péntek</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Meggyleves	719.70	172.18	1.86	4.18	2.02	30.58	15.59	0.52	 	
		Csirkemellfilé Dubarry módra	1 364.26	326.38	34.10	15.15	5.70	13.01	0.00	0.59	 	
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		<b>Összesen:</b>	<b>3 707.12</b>	<b>886.88</b>	<b>43.96</b>	<b>24.27</b>	<b>8.30</b>	<b>121.09</b>	<b>15.59</b>	<b>1.22</b>		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

