



Tételes étlap 2025.02.10. - 2025.02.16.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár		
2/10/2025	hétfő	(00001)	Normál 19-69 1x	E	Májgombóclevés	892.08	213.42	9.88	7.14	4.38	26.41	1.49	1.46		
				Tarhonyás hús	2 441.01	583.97	35.27	17.84	4.21	69.90	0.01	1.27			
				Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25			
				Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00			
				Összesen:	3 518.64	841.78	46.01	25.27	8.59	105.45	1.50	2.98			
2/11/2025	kedd	(00001)	Normál 19-69 1x	E	Tavaszi zöldséglevés	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
				Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03			
				Főtt tojás	552.38	132.14	10.80	9.60	2.48	0.48	0.00	0.28			
				Parajfőzelék	755.18	180.67	7.24	8.52	2.55	18.53	0.00	0.81			
				Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
				Összesen:	3 361.75	804.24	33.87	22.68	5.53	114.06	0.05	1.85			
2/12/2025	szerda	(00001)	Normál 19-69 1x	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
				Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60			
				Párolt káposzta	421.25	100.78	2.09	4.91	0.56	11.60	4.00	1.52			
				Hagymás tört burgonya	1 188.37	284.30	6.49	5.16	0.59	51.66	0.00	0.23			
				Összesen:	2 999.44	717.57	34.35	26.66	5.16	82.76	4.00	2.49			





2/13/2025 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Babgulyás	1 192.34	285.25	26.13	8.81	2.59	24.99	0.00	0.38		
		Szilvalekváros gombóc	1 783.24	426.61	10.99	3.77	0.33	83.35	5.00	0.78		
		Alma	72.71	17.39	0.20	0.20	0.00	3.50	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		Összesen:	3 641.90	871.26	42.88	13.51	2.96	139.97	5.00	1.75		
2/14/2025 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Szárnyasaprólék leves	709.91	169.83	17.57	3.44	0.83	16.90	0.05	1.37	 	
		Farsangi fánk	1 497.04	358.14	13.10	2.36	0.38	70.70	8.00	0.10	 	
		Sárgabarackdzsem	548.82	131.30	0.20	0.00	0.00	32.25	27.15	0.02		
		Összesen:	2 755.77	659.27	30.87	5.80	1.21	119.85	35.20	1.49		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

