



Tételes étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/24/2025 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E	Palócleves	1 371.96	328.22	22.64	14.93	4.85	25.23	0.05	0.50		
			Mákos tészta	2 163.03	517.47	16.10	13.14	2.81	83.08	19.98	1.00		
			Összesen:	3 534.99	845.69	38.74	28.07	7.66	108.31	20.03	1.50		
3/25/2025 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				
3/26/2025 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		
			Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
	Összesen:	3 642.39	871.39	35.88	26.39	4.70	121.11	0.00	1.58				





<b>3/27/2025</b> <b>csütörtök</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Fokhagymakrémleves	446.08	106.72	3.52	4.15	2.47	13.69	0.98	0.33		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03		
		Káposzta saláta	311.91	74.62	1.72	0.27	0.03	15.97	9.99	0.23		
		Összesen:	3 102.02	742.10	34.08	26.18	6.98	90.34	10.97	1.29		
<b>3/28/2025</b> <b>péntek</b> (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Reszelttészta leves	601.51	143.90	3.62	6.17	0.78	18.33	0.01	0.57		
		Rakott karfiol	2 333.23	558.19	24.57	21.54	7.57	65.81	0.00	0.83		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	3 429.41	820.43	32.82	28.32	8.39	107.58	0.01	1.89		

.....  
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

