



Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/12/2025 hétfő	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E Sertésraguleves	677.43	162.07	17.04	6.82	2.14	7.79	0.00	0.56		
		Burgonyás tészta	2 581.34	617.55	17.74	14.40	1.82	102.71	0.00	0.82		
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
		Összesen:	3 287.54	786.50	35.08	21.27	3.96	111.80	0.00	1.63		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E Sertésraguleves	817.77	195.64	17.04	10.53	2.56	7.79	0.00	0.56		
		Burgonyás tészta	2 616.43	625.94	17.74	15.33	1.93	102.71	0.00	0.82		
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
		Összesen:	3 462.97	828.46	35.08	25.91	4.49	111.80	0.00	1.63		
5/13/2025 kedd	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E Daragaluska leves	724.37	173.29	5.41	6.00	0.90	24.09	0.00	0.13		
		Tökfőzelék	797.56	190.80	5.26	7.30	2.48	25.71	0.03	0.07		
		Sertés pörkölt	897.47	214.71	19.89	12.48	4.45	5.41	0.00	0.21		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		Összesen:	3 013.01	720.81	36.12	26.51	7.87	83.34	0.03	0.99		





5/13/2025 kedd													
Fruktóz, hisztamin 11-14 (00165)	E	Daragaluska leves	729.90	174.62	5.51	6.09	0.92	24.10	0.00	0.14			
		Sertés pörkölt	897.47	214.71	19.89	12.48	4.45	5.41	0.00	0.21			
		Tökfőzelék	884.86	211.69	5.30	9.15	2.00	26.68	0.03	0.52			
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49			
		Összesen:	3 006.90	719.36	35.33	28.33	7.41	79.63	0.03	1.36			
5/14/2025 szerda	Fruktóz sz. 11-14 (00151)	E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 553.05	371.54	27.44	14.13	3.76	33.21	0.96	0.80		
			Spenótos burgonyapüré	1 180.20	282.34	8.21	4.90	1.62	50.14	0.00	0.14		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		
			Összesen:	3 387.51	810.40	36.99	19.13	5.38	119.65	0.96	0.97		
Fruktóz, hisztamin 11-14 (00165)	E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01			
		Tökmagos rántott sertéskaraj	1 653.03	395.46	28.65	14.66	3.91	36.75	0.96	0.82			
		Spenótos burgonyapüré	1 026.31	245.53	6.06	5.56	1.96	41.76	0.39	0.10			
		Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02			
		Összesen:	3 333.60	797.51	36.05	20.32	5.87	114.81	1.35	0.95			





5/15/2025 csütörtök	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Bakonyi betyárleves	1 040.01	248.81	16.40	14.50	5.75	12.81	0.00	0.89	 	
			Szilvás gombóc	2 361.74	565.01	13.35	11.17	1.59	100.93	18.62	0.94	 	
			Összesen:	3 401.75	813.82	29.75	25.67	7.34	113.74	18.62	1.83		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Bakonyi betyárleves	1 058.60	253.25	18.32	14.44	5.93	12.13	0.78	0.88		
			Szilvás gombóc	2 219.15	530.90	13.02	7.30	1.11	101.40	18.62	0.93	 	
			Összesen:	3 277.75	784.15	31.34	21.74	7.04	113.53	19.40	1.81		
5/16/2025 péntek	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	BrokkolikréMLEVES	322.00	77.03	4.18	2.26	0.30	10.06	0.05	0.52		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 	
			Édes-savanyú csirke	1 006.51	240.79	22.28	2.17	0.40	32.65	13.19	0.68	      	
			Párolt rizs	1 403.78	335.83	6.40	6.74	0.78	62.00	0.00	0.21		
			Összesen:	2 962.33	708.68	33.70	14.98	1.94	108.99	13.24	1.51		





5/16/2025 péntek											
(00165) Fruktoz, hisztamin 11-14											
E	Brokkolikrémleves	560.13	134.00	4.94	7.20	2.42	12.21	0.78	0.08		
	Levesgyöngy	690.13	165.10	2.51	11.44	1.39	12.83	0.00	0.31		
	Édes-savanyú csirke	585.79	140.14	16.52	1.88	0.32	13.99	5.08	0.54		
	Párolt rizs	1 333.61	319.05	6.40	4.88	0.57	62.00	0.00	0.21		
	Összesen:	3 169.66	758.29	30.37	25.40	4.70	101.03	5.86	1.14		
5/17/2025 szombat											
(00151) Fruktoz sz. 11-14											
E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
	Pincepörkölt	2 124.04	508.14	24.90	16.52	3.45	63.21	0.00	0.39		
	Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09		
	Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	Nápolyi, diab	1 133.05	271.06	5.50	17.00	10.50	23.00	11.00	0.10		
	Összesen:	4 323.74	1 034.38	36.27	34.33	14.09	141.05	11.00	1.08		
(00165) Fruktoz, hisztamin 11-14											
E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
	Pincepörkölt	1 587.79	379.85	20.23	13.64	2.92	42.82	0.00	0.34		
	Vegyes vágott savanyúság	41.58	9.95	0.55	0.10	0.05	1.70	0.00	0.04		
	Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
	Keksz	520.12	124.43	2.05	3.65	1.03	20.69	9.99	0.15		
	Összesen:	3 186.83	762.40	27.97	17.79	4.15	119.96	11.86	0.60		





.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

