



Tételes étlap 2025.05.19. - 2025.05.25.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/19/2025 hétfő	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Csurgatott tojás leves	600.75	143.72	5.69	6.37	1.14	15.72	0.00	0.07	 	
			Spenótos csirkeragu	735.55	175.97	15.26	6.29	2.77	14.37	0.70	0.65	 	
			Tészta köret	1 389.39	332.39	12.00	5.50	0.81	58.32	0.00	0.64	 	
			Trappista sajt	155.44	37.19	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.04		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	2 997.46	717.10	36.04	21.29	6.51	94.17	0.70	1.41		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Csurgatott tojás leves	640.65	153.26	5.69	8.67	1.46	12.92	0.00	0.09	 	
			Spenótos csirkeragu	840.80	201.15	15.26	9.07	3.09	14.37	0.70	0.65	 	
			Tészta köret	1 389.39	332.39	12.00	5.50	0.81	58.32	0.00	0.55	 	
			Trappista sajt	155.44	37.19	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.04		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 171.69	758.78	36.12	26.45	7.15	92.77	0.70	1.34		





5/20/2025 kedd	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Májgombóclevés	911.63	218.09	10.33	7.15	4.38	27.08	1.49	1.45		
			Sült csirkecomb filé	672.62	160.91	21.03	8.00	1.63	1.02	0.00	0.24		
			Petrezselymes burgonya	1 270.68	303.99	6.43	7.94	0.91	50.39	0.00	0.37		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20		
			Összesen:	2 976.15	711.99	38.59	23.19	6.92	84.69	15.38	2.26		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Májgombóclevés	817.48	195.57	9.32	6.29	3.84	24.51	1.31	1.28		
			Sült csirkecomb filé	742.79	177.70	21.03	9.85	1.84	1.02	0.00	0.24		
			Petrezselymes burgonya	1 270.68	303.99	6.43	7.94	0.91	50.39	0.00	0.37		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20		
			Összesen:	2 952.17	706.26	37.58	24.18	6.59	82.12	15.20	2.09		





5/21/2025 szerda	(00151) Fruktóz, hisztamin 11-14 Fruktóz sz. 11-14	E	Frankfurti leves	1 015.66	242.98	8.49	12.89	4.28	22.88	0.04	0.47	 	
			Mákos nudli	2 030.64	485.80	12.30	11.06	2.47	82.84	19.98	0.03		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 162.63	756.61	21.11	24.27	6.75	111.32	20.02	0.51		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Frankfurti leves	908.00	217.23	9.78	10.57	4.41	20.38	0.55	0.27		
			Mákos nudli	2 412.76	577.21	15.65	12.49	2.53	97.63	19.98	0.01	  	
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 437.09	822.27	25.75	23.38	6.94	123.61	20.53	0.29		



5/22/2025 csütörtök	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Húsleves	650.29	155.57	8.99	2.71	0.78	23.67	0.05	0.30	  	
			Párolt sertésszelet	635.88	152.12	19.15	7.44	2.64	2.12	0.05	0.19		
			Meggymártás	722.29	172.80	2.97	0.68	0.09	37.39	14.99	0.51		
			Pirított dara	1 102.89	263.85	5.64	7.10	1.04	44.04	0.00	0.45		
			Összesen:	3 111.35	744.34	36.75	17.93	4.55	107.22	15.09	1.45		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Húsleves	650.29	155.57	8.99	2.71	0.78	23.67	0.05	0.30	  	
			Párolt sertésszelet	635.88	152.12	19.15	7.44	2.64	2.12	0.05	0.19		
			Pirított dara	782.04	187.09	3.76	5.97	0.83	29.36	0.00	0.45		
			Meggymártás	968.79	231.77	3.53	4.76	2.40	42.13	18.32	0.63		
			Összesen:	3 037.00	726.55	35.43	20.88	6.65	97.28	18.42	1.57		





5/23/2025 péntek	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Lencsekrémleves	1 185.13	283.53	12.12	8.59	1.01	39.26	9.04	0.54	  	
			Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21	 	
			Csirkemell-máj rizottó	1 835.75	439.17	29.53	4.71	0.87	69.19	0.04	0.74		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Összesen:	3 509.73	839.65	43.62	20.98	2.81	118.30	9.08	1.74		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Lencsekrémleves	799.26	191.21	11.58	2.98	0.35	29.45	2.05	0.54	  	
			Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21	 	
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Csirkemell-máj rizottó	1 869.23	447.18	29.99	9.21	1.34	60.60	0.04	0.74		
			Összesen:	3 186.11	762.23	43.84	19.92	2.62	101.20	2.09	1.99		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

