



## Tételes étlap 2025.05.26. - 2025.06.01.

|                                | Diéta           |   | Étlap tétel            | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|--------------------------------|-----------------|---|------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 5/26/2025<br>hétfő<br>(00001)  | Normál 19-69 1x | E | Vegyes gyümölcsleves   | 748.56       | 179.08         | 2.26        | 3.58     | 1.97           | 33.65          | 20.76     | 0.03   |            |          |
|                                |                 |   | Hentes tokány          | 1 242.98     | 297.36         | 22.32       | 16.44    | 4.82           | 14.64          | 0.00      | 0.94   |            |          |
|                                |                 |   | Bulgur                 | 1 501.17     | 359.13         | 12.29       | 3.19     | 0.44           | 75.87          | 1.10      | 0.53   |            |          |
|                                |                 |   | Összesen:              | 3 492.71     | 835.57         | 36.87       | 23.21    | 7.23           | 124.16         | 21.86     | 1.50   |            |          |
| 5/27/2025<br>kedd<br>(00001)   | Normál 19-69 1x | E | Zöldborsófőzelék       | 1 142.34     | 273.29         | 11.51       | 12.11    | 2.92           | 28.95          | 3.00      | 0.04   |            |          |
|                                |                 |   | Pipiropogós            | 1 153.68     | 276.00         | 12.00       | 15.00    | 2.90           | 22.00          | 0.50      | 1.20   |            |          |
|                                |                 |   | Teljes kiőrlésű kenyér | 494.67       | 118.34         | 4.63        | 0.61     | 0.04           | 23.44          | 0.00      | 0.49   |            |          |
|                                |                 |   | Csirkeraguleves        | 663.81       | 158.81         | 19.54       | 5.52     | 0.72           | 7.43           | 0.00      | 0.83   |            |          |
|                                |                 |   | Összesen:              | 3 454.50     | 826.44         | 47.68       | 33.24    | 6.58           | 81.82          | 3.50      | 2.56   |            |          |
| 5/28/2025<br>szerda<br>(00001) | Normál 19-69 1x | E | Tejfölös burgonyaleves | 959.58       | 229.56         | 4.64        | 11.04    | 2.88           | 27.36          | 0.05      | 0.66   |            |          |
|                                |                 |   | Bolognai halragu       | 707.18       | 169.18         | 14.29       | 7.32     | 1.39           | 10.51          | 7.99      | 0.37   |            |          |
|                                |                 |   | Tészta köret           | 1 710.42     | 409.19         | 15.00       | 6.18     | 0.94           | 72.90          | 0.00      | 0.68   |            |          |
|                                |                 |   | Trappista sajt         | 155.44       | 37.19          | 2.77        | 2.81     | 1.79           | 0.16           | 0.00      | 0.04   |            |          |
|                                |                 |   | Narancs                | 138.49       | 33.13          | 0.48        | 0.16     | 0.00           | 6.80           | 0.00      | 0.01   |            |          |
|                                |                 |   | Összesen:              | 3 671.11     | 878.25         | 37.18       | 27.51    | 7.00           | 117.73         | 8.04      | 1.76   |            |          |





|                                                      |   |                          |          |        |       |       |      |       |      |      |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|------------------------------------------------------|---|--------------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 5/29/2025<br>csütörtök<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x | E | Csontleves               | 715.44   | 171.16 | 7.54  | 3.50  | 0.53 | 27.47 | 0.00 | 0.62 |    |  |
|                                                      |   | Rántott sertésszelet     | 1 321.26 | 316.09 | 29.67 | 11.89 | 3.89 | 22.23 | 0.64 | 0.67 |                                                                                       |  |
|                                                      |   | Rizi-bizi                | 1 024.99 | 245.21 | 6.19  | 4.98  | 0.58 | 43.62 | 0.02 | 0.01 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|                                                      |   | Csemege uborka           | 57.54    | 13.77  | 0.60  | 0.10  | 0.00 | 2.60  | 0.00 | 0.50 |                                                                                                                                                                          |  |
|                                                      |   | Összesen:                | 3 119.23 | 746.23 | 44.00 | 20.47 | 5.00 | 95.92 | 0.66 | 1.80 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
| 5/30/2025<br>péntek<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x    | E | Zöldborsóleves           | 399.62   | 95.60  | 5.14  | 2.27  | 0.24 | 13.39 | 0.01 | 0.60 |                                                                                       |  |
|                                                      |   | Pincepörkölt             | 1 934.29 | 462.75 | 23.71 | 16.44 | 3.43 | 53.48 | 0.00 | 0.41 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|                                                      |   | Vegyes vágott savanyúság | 83.16    | 19.90  | 1.10  | 0.20  | 0.10 | 3.40  | 0.00 | 0.09 |                                                                                                                                                                          |  |
|                                                      |   | Fehér kenyér             | 548.52   | 131.23 | 5.00  | 0.40  | 0.15 | 26.75 | 1.87 | 0.06 |                                                                                                                                                                          |  |
|                                                      |   | Összesen:                | 2 965.59 | 709.48 | 34.95 | 19.31 | 3.92 | 97.02 | 1.88 | 1.16 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

