



| Tételes étlap 2025.06.23. - 2025.06.29.           |       |   |                        |              |                |             |          |                |                |           |        |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
|---------------------------------------------------|-------|---|------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|                                                   | Diéta |   | Étlap tétel            | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének                                                                                                                                                                                                                                                  | Fogy. ár |
| 6/23/2025<br>hétfő<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x  |       | E | Túrós tészta           | 2 154.48     | 515.42         | 27.96       | 10.86    | 3.87           | 75.86          | 0.00      | 1.15   |    |          |
|                                                   |       |   | Tejföl                 | 543.74       | 130.08         | 1.95        | 12.52    | 6.31           | 2.24           | 0.00      | 0.05   |                                                                                                                                                                          |          |
|                                                   |       |   | Alma                   | 145.41       | 34.79          | 0.40        | 0.40     | 0.00           | 7.00           | 0.00      | 0.01   |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
|                                                   |       |   | Húsgombóclevés         | 507.30       | 121.36         | 8.72        | 2.94     | 0.90           | 14.75          | 0.01      | 0.21   |    |          |
|                                                   |       |   | Összesen:              | 3 350.93     | 801.65         | 39.03       | 26.72    | 11.08          | 99.85          | 0.01      | 1.42   |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
| 6/24/2025<br>kedd<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x   |       | E | Zöldségleves           | 332.76       | 79.61          | 3.90        | 1.48     | 0.18           | 12.44          | 0.05      | 0.65   |                                                                                                                                                                          |          |
|                                                   |       |   | Zöldbabfőzelék         | 882.34       | 211.09         | 8.49        | 6.87     | 3.18           | 28.35          | 0.02      | 0.03   |                                                                                       |          |
|                                                   |       |   | Sertés pörkölt         | 938.29       | 224.47         | 21.58       | 13.79    | 3.52           | 3.22           | 0.00      | 0.71   |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
|                                                   |       |   | Teljes kiőrlésű kenyér | 593.61       | 142.01         | 5.56        | 0.73     | 0.04           | 28.13          | 0.00      | 0.58   |                                                                                                                                                                          |          |
|                                                   |       |   | Összesen:              | 2 747.00     | 657.18         | 39.53       | 22.87    | 6.92           | 72.14          | 0.07      | 1.97   |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
| 6/25/2025<br>szerda<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x |       | E | Karalábélevés          | 230.52       | 55.15          | 1.77        | 2.11     | 0.25           | 7.18           | 0.02      | 0.15   |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
|                                                   |       |   | Bakonyi sertéstokány   | 1 470.39     | 351.77         | 28.32       | 21.07    | 7.51           | 11.79          | 0.00      | 2.54   |                                                                                   |          |
|                                                   |       |   | Galuska köret          | 1 738.44     | 415.89         | 17.82       | 6.70     | 1.70           | 70.59          | 0.00      | 0.12   |                                                                                   |          |
|                                                   |       |   | Összesen:              | 3 439.35     | 822.81         | 47.91       | 29.88    | 9.46           | 89.56          | 0.02      | 2.81   |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |





|                                                      |   |                              |          |        |       |       |      |        |       |      |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|------------------------------------------------------|---|------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 6/26/2025<br>csütörtök<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x | E | Brokkolikrémleves            | 482.14   | 115.34 | 5.27  | 6.54  | 2.44 | 8.72   | 0.78  | 0.57 |                                                                                       |  |
|                                                      |   | Levesgyöngy                  | 230.04   | 55.03  | 0.84  | 3.81  | 0.46 | 4.28   | 0.00  | 0.10 |                                                                                       |  |
|                                                      |   | Rántott hal magvas bundában  | 1 563.56 | 374.06 | 25.34 | 15.12 | 2.68 | 32.60  | 0.80  | 0.92 |    |  |
|                                                      |   | Zöldséges bulgur             | 1 318.13 | 315.34 | 12.33 | 3.16  | 0.40 | 63.07  | 0.77  | 0.59 |                                                                                                                                                                          |  |
|                                                      |   | Összesen:                    | 3 593.87 | 859.77 | 43.78 | 28.63 | 5.98 | 108.67 | 2.35  | 2.18 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
| 6/27/2025<br>péntek<br>(00001)<br>Normál 19-69 1x    | E | Meggyleves                   | 719.70   | 172.18 | 1.86  | 4.18  | 2.02 | 30.58  | 18.62 | 0.52 |                                                                                       |  |
|                                                      |   | Csirkemellfilé Dubarry módra | 1 364.26 | 326.38 | 34.10 | 15.15 | 5.70 | 13.01  | 0.39  | 0.59 |                                                                                       |  |
|                                                      |   | Párolt rizs                  | 1 623.16 | 388.32 | 8.00  | 4.94  | 0.58 | 77.50  | 0.00  | 0.11 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|                                                      |   | Összesen:                    | 3 707.12 | 886.88 | 43.96 | 24.27 | 8.30 | 121.09 | 19.01 | 1.22 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

