



Tételes étlap 2025.07.21. - 2025.07.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
7/21/2025 hétfő (00001) Normál 19-69 1x		E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
			Burgonyás tészta	2 351.42	562.54	17.30	9.68	1.29	100.10	0.00	1.01		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 019.82	722.45	32.84	15.79	3.14	110.45	0.00	2.25		
7/22/2025 kedd (00001) Normál 19-69 1x		E	Daragaluska leves	585.33	140.03	4.54	5.68	0.79	17.38	0.00	0.14		
			Tökfőzelék	908.82	217.42	5.69	9.27	3.09	27.40	0.04	0.58		
			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:	3 026.05	723.93	37.37	29.47	7.44	76.13	0.04	2.01		
7/23/2025 szerda (00001) Normál 19-69 1x		E	Zöldségleves	332.76	79.61	3.90	1.48	0.18	12.44	0.05	0.65		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 594.90	381.55	30.65	18.99	4.79	21.55	0.54	1.10		
			Spenótos burgonyapüré	1 538.40	368.04	10.72	8.75	2.96	60.13	0.00	0.72		
			Gyöngyhagyma savanyúság	82.72	19.79	0.60	0.05	0.00	4.15	0.00	0.01		
			Összesen:	3 548.78	848.99	45.87	29.27	7.93	98.27	0.59	2.48		





7/24/2025 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Bakonyi betyárleves	1 094.54	261.85	18.27	15.33	6.02	12.28	0.00	0.94	 	
		Szilvalekváros gombóc	1 783.24	426.61	10.99	3.77	0.33	83.35	5.48	0.78		
		Narancs	173.11	41.41	0.60	0.20	0.00	8.50	0.00	0.01		
		Összesen:	3 050.89	729.87	29.86	19.30	6.35	104.13	5.48	1.73		
7/25/2025 péntek (00001) 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	 	
		Édes-savanyú csirke	1 357.83	324.84	26.94	3.31	0.54	46.25	16.45	0.73	     	
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Összesen:	3 693.17	883.53	41.05	18.60	4.02	136.75	17.23	1.51		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

