



Tételes étlap 2025.09.08. - 2025.09.14.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/8/2025 hétfő	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Csirkeraguleves	752.49	180.02	19.38	8.29	1.03	6.65	0.00	0.22		
			Káposztás tészta	2 214.23	529.72	14.89	12.36	1.60	88.62	19.98	1.05		
			Túró Rudi	443.08	106.00	3.10	5.10	4.30	12.00	11.00	0.02		
			Összesen:	3 409.80	815.74	37.37	25.75	6.93	107.27	30.98	1.29		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Csirkeraguleves	602.09	144.04	16.38	6.29	0.79	5.21	0.00	0.68		
			Káposztás tészta	2 389.51	571.65	14.89	17.00	2.13	88.61	19.98	1.05		
			Kókuszgolyó	869.79	208.08	3.83	7.01	3.79	32.15	10.90	0.37		
			Összesen:	3 861.39	923.77	35.10	30.30	6.71	125.97	30.88	2.10		





9/9/2025 kedd		(00151) Fruktóz sz. 11-14		E	Meggyleves	414.27	99.11	1.63	2.05	1.01	17.72	8.71	0.32		
					Panírozott halrudak	1 054.67	252.31	12.58	13.21	1.25	20.45	0.00	1.26		
					Párolt rizs	1 403.78	335.83	6.40	6.74	0.78	62.00	0.00	0.21		
					Majonézes kukorica	756.23	180.92	3.09	8.15	2.65	23.72	9.99	0.19		
					Összesen:	3 628.95	868.17	23.70	30.15	5.69	123.89	18.70	1.98		
		(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14		E	Meggyleves	733.44	175.47	3.05	3.78	2.01	31.21	16.18	0.33		
					Panírozott halrudak	1 054.67	252.31	12.58	13.21	1.25	20.45	0.00	1.26		
					Párolt rizs	1 333.61	319.05	6.40	4.88	0.57	62.00	0.00	0.21		
					Majonézes kukorica	463.35	110.85	2.46	4.11	0.61	16.00	3.00	0.18		
					Összesen:	3 585.07	857.68	24.49	25.98	4.44	129.66	19.18	1.98		





9/10/2025	szerda	(00151)	Fruktóz sz. 11-14	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	954.69	228.39	11.18	2.28	0.56	40.35	0.05	0.35	  	
					Csikós tokány	945.63	226.23	17.55	12.97	4.72	9.55	0.00	0.69	 	
					Röszti	1 279.19	306.03	4.69	11.21	1.87	46.23	0.00	0.11		
					Összesen:	3 179.51	760.65	33.42	26.46	7.15	96.13	0.05	1.15		
	(00165)	Fruktóz, hisztamin 11-14		E	Zöldségleves snidlinges galuskával	684.45	163.74	8.27	1.45	0.30	29.05	0.05	0.32	  	
					Csikós tokány	873.82	209.05	15.32	11.56	4.48	10.66	0.78	0.60		
					Röszti	1 481.17	354.35	5.43	12.98	2.17	53.53	0.00	0.13		
					Összesen:	3 039.44	727.14	29.02	25.99	6.95	93.24	0.83	1.05		





9/11/2025 csütörtök	(00151) Fruktóz, hisztamin 11-14 Fruktóz sz. 11-14	E	Olasz zöldségleves	519.32	124.24	2.88	8.47	2.14	8.91	0.00	0.39		
			Tejszínes gombás csirke	1 053.81	252.11	25.36	11.44	3.80	11.63	1.17	0.21		
			Párolt rizs	1 403.78	335.83	6.40	6.74	0.78	62.00	0.00	0.21		
			Összesen:	2 976.91	712.18	34.64	26.65	6.72	82.54	1.17	0.81		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Olasz zöldségleves	625.42	149.62	3.90	9.17	2.61	12.64	0.00	0.50		
			Tejszínes gombás csirke	1 018.34	243.62	27.27	8.74	3.51	13.66	1.17	0.22		
			Párolt rizs	1 333.61	319.05	6.40	4.88	0.57	62.00	0.00	0.21		
			Összesen:	2 977.37	712.29	37.57	22.79	6.69	88.30	1.17	0.93		





9/12/2025 péntek	(00151) Fruktóz, hisztamin 11-14 Fruktóz sz. 11-14	E	Babgulyás	956.58	228.85	18.17	7.82	2.27	20.99	0.00	0.98		
			Pogácsa	2 113.16	505.54	17.97	18.60	7.14	65.97	0.00	1.33		
			Összesen:	3 069.74	734.39	36.14	26.42	9.41	86.96	0.00	2.31		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14 Fruktóz sz. 11-14	E	Pogácsa	2 006.42	480.01	17.20	19.26	7.48	58.91	0.00	1.14		
			Babgulyás	1 002.23	239.77	18.38	8.56	2.54	21.82	0.00	1.02		
			Összesen:	3 008.65	719.78	35.58	27.82	10.02	80.73	0.00	2.16		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

