



Tételes étlap 2025.09.15. - 2025.09.21.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/15/2025 hétfő	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Sertésraguleves	679.42	162.54	12.78	8.90	1.99	7.50	0.00	0.71		
			Burgonyás tészta	2 757.94	659.79	18.11	17.17	2.15	106.52	0.00	1.51		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 494.90	836.10	31.49	26.17	4.14	116.62	0.00	2.72		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Sertésraguleves	812.56	194.39	16.98	10.52	2.56	7.58	0.00	0.56		
			Burgonyás tészta	2 757.94	659.79	18.11	17.17	2.15	106.52	0.00	1.51		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Összesen:	3 599.27	861.06	35.39	27.74	4.71	115.40	0.00	2.32		



9/16/2025 kedd	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Daragaluska leves	599.98	143.53	4.30	6.77	0.95	16.07	0.00	0.62	 	
			Tökfőzelék	764.71	182.95	4.94	7.35	2.46	23.93	0.81	0.56		
			Sertés pörkölt	871.23	208.43	19.46	12.98	3.24	3.17	0.00	0.69		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	2 730.59	653.25	33.33	27.71	6.69	66.61	0.81	2.36		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Daragaluska leves	729.90	174.62	5.51	6.09	0.92	24.10	0.00	0.14	 	
			Sertés pörkölt	897.47	214.71	19.89	12.48	4.45	5.41	0.00	0.21		
			Tökfőzelék	884.86	211.69	5.30	9.15	2.00	26.68	0.03	0.52	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 006.90	719.36	35.33	28.33	7.41	79.63	0.03	1.36		





9/17/2025 szerda	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 595.16	381.61	24.99	22.18	4.65	20.05	0.51	1.04		
			Röszti	1 346.52	322.13	4.94	11.80	1.97	48.66	0.00	0.12		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Összesen:	3 459.27	827.56	30.37	34.03	6.62	98.01	0.51	1.42		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	BrokkolikréMLEVES	470.56	112.57	5.24	4.30	2.48	13.11	0.98	0.25		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 595.16	381.61	24.99	22.18	4.65	20.05	0.51	1.04		
			Tört burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.03		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Összesen:	3 425.19	819.41	36.78	36.31	8.25	84.46	1.49	1.57		





9/18/2025 csütörtök	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Ízes bukta	2 121.08	507.44	15.15	15.66	2.44	75.81	9.80	0.10	  	
			Banán	352.80	84.40	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Összesen:	2 962.70	708.78	16.33	15.74	2.44	123.17	9.80	0.15		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Gyümölcslé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Banán	352.80	84.40	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Ízes bukta	2 134.65	510.68	12.50	17.62	2.33	74.83	14.99	0.03	 	
			Összesen:	2 976.27	712.02	13.68	17.70	2.33	122.19	14.99	0.08		





9/19/2025 péntek	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Brokkolikrémleves	470.56	112.57	5.24	4.30	2.48	13.11	0.98	0.25		
			Édes-savanyú csirke	1 203.44	287.91	22.32	5.89	0.82	35.94	14.53	0.68		
			Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
			Levesgyöngy	575.11	137.59	2.09	9.54	1.16	10.69	0.00	0.26		
			Összesen:	3 687.97	882.30	36.05	27.40	5.35	121.74	15.51	1.40		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Brokkolikrémleves	560.13	134.00	4.94	7.20	2.42	12.21	0.78	0.08		
			Levesgyöngy	690.13	165.10	2.51	11.44	1.39	12.83	0.00	0.31		
			Édes-savanyú csirke	585.79	140.14	16.52	1.88	0.32	13.99	5.08	0.54		
			Párolt rizs	1 333.61	319.05	6.40	4.88	0.57	62.00	0.00	0.21		
			Összesen:	3 169.66	758.29	30.37	25.40	4.70	101.03	5.86	1.14		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

