



Tételes étlap 2025.10.20. - 2025.10.26.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/20/2025 hétfő	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Nyírségi gombóclevés	932.27	223.03	22.56	5.97	2.70	19.01	5.22	0.52		
			Darásmetélt	2 031.09	485.91	15.76	7.76	1.22	87.68	0.00	0.50		
			Sárgabarackdzsem	329.29	78.78	0.12	0.00	0.00	19.35	19.35	0.01		
			Összesen:	3 292.65	787.72	38.44	13.73	3.92	126.04	24.57	1.03		
	(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Nyírségi gombóclevés	844.52	202.04	20.13	5.52	2.43	17.29	4.64	0.85		
			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:	3 660.00	875.60	38.84	22.79	4.58	126.41	4.64	2.86			





10/21/2025 kedd		(00134) Laktózmentes 11-14		E	Csontleves	780.68	186.76	8.05	3.37	0.52	31.07	0.00	0.65	  	
		(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14			Paradicsomos káposzta	1 212.51	290.08	7.36	5.60	0.68	51.71	19.98	0.51		
					Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	0.40	0.00	0.46		
					Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
					Összesen:	3 427.92	820.07	41.97	22.44	4.66	111.31	19.98	2.20		
		(00165) Fruktóz, hisztamin 11-14		E	Csontleves	780.68	186.76	8.05	3.37	0.52	31.07	0.00	0.65	  	
					Kapormártás	422.70	101.12	1.13	6.85	2.72	8.61	0.98	0.26		
					Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	0.40	0.00	0.46		
					Főtt burgonya	783.89	187.53	5.00	0.40	0.05	40.00	0.00	0.02		
					Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
					Összesen:	3 376.91	807.86	40.18	23.76	6.86	106.83	2.85	1.45		





10/22/2025	(00134)	szerda	Laktózmentes 11-14	E	Csurgatott tojás leves	605.56	144.87	5.69	7.74	1.35	12.92	0.00	0.09	 	
					Zöldborsós sertésragu	1 388.84	332.26	25.45	17.70	5.76	17.39	0.62	0.36		
					Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
					Alma	189.04	45.22	0.52	0.52	0.00	9.10	0.00	0.01		
					Összesen:	3 622.30	866.58	38.06	33.63	8.00	101.41	0.62	0.67		
	(00165)		Fruktóz, hisztamin 11-14	E	Csurgatott tojás leves	640.65	153.26	5.69	8.67	1.46	12.92	0.00	0.09	 	
					Zöldborsós sertésragu	1 143.29	273.51	22.69	13.47	4.48	15.04	0.43	0.30		
					Párolt rizs	1 333.61	319.05	6.40	4.88	0.57	62.00	0.00	0.21		
					Összesen:	3 117.55	745.82	34.78	27.02	6.51	89.96	0.43	0.60		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

