



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025 hétfő (00001) Normál 19-69 1x		E	Zellerkrémleves mir.	493.26	118.00	3.33	5.54	2.23	13.23	0.83	0.67		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
			Bolognai ragu	758.25	181.40	17.39	7.52	2.42	10.83	7.99	0.32		
			Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
			Trappista sajt	310.88	74.37	5.54	5.62	3.57	0.32	0.00	0.09		
			Összesen:	3 502.85	837.99	42.10	28.67	9.62	101.56	8.82	1.86		
11/11/2025 kedd (00001) Normál 19-69 1x		E	Karfiolleves	415.22	99.33	4.47	1.75	0.25	16.32	0.02	0.64		
			Lencsefőzelék	1 193.46	285.52	15.11	7.27	2.39	39.58	5.00	0.62		
			Sült kolbász	516.67	123.61	6.05	10.99	2.34	0.06	0.01	0.96		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	2 718.96	650.47	31.19	20.74	5.02	84.09	5.03	2.80		
11/12/2025 szerda (00001) Normál 19-69 1x		E	Paradicsomleves	802.53	191.99	4.27	4.51	0.46	33.28	14.99	0.92		
			Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
			Burgonyapüré	1 497.47	358.25	9.67	10.30	3.48	55.34	0.00	0.24		
			Céklasaláta	60.61	14.50	0.40	0.05	0.00	3.10	6.95	0.10		
			Összesen:	3 201.93	766.01	35.28	27.50	6.10	92.42	21.94	1.50		





11/13/2025 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	E	Csurgatott tojás leves	608.22	145.50	5.15	6.82	1.13	15.69	0.00	0.06	 	
		Temesvári sertésragu	1 128.75	270.03	20.11	16.89	5.79	9.02	0.00	0.79	  	
		Bulgur	1 501.17	359.13	12.29	3.19	0.44	75.87	1.10	0.53		
		Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Összesen:	3 415.35	817.06	37.87	27.14	7.36	110.18	1.10	1.38		
11/14/2025 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60	  	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		Rakott burgonya	2 470.66	591.07	18.33	31.55	12.80	56.80	0.16	1.84	   	
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 521.43	842.45	29.63	34.65	13.08	100.92	0.17	3.52		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

