



Tételes étlap 2025.11.17. - 2025.11.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/17/2025 hétfő (00001) Normál 19-69 1x		E	Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
			Káposztás tészta	2 296.83	549.48	18.21	14.94	1.94	84.36	0.00	0.88		
			Összesen:	2 960.64	708.29	37.75	20.46	2.66	91.79	0.00	1.71		
11/18/2025 kedd (00001) Normál 19-69 1x		E	Almaleves mir	491.85	117.67	1.82	3.63	1.96	18.85	8.77	0.52		
			Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Majonézes kukorica	756.23	180.92	3.09	8.15	2.65	23.72	9.99	0.19		
			Összesen:	3 712.56	888.18	33.85	29.36	7.35	120.77	18.76	1.06		
11/19/2025 szerda (00001) Normál 19-69 1x		E	Zöldségleves snidlinges galuskával	662.91	158.59	8.14	1.53	0.32	27.72	0.05	0.72		
			Csikós tokány	1 192.73	285.34	25.38	16.44	6.01	8.61	0.00	0.82		
			Röszti	1 481.17	354.35	5.43	12.98	2.17	53.53	0.00	0.13		
			Összesen:	3 336.81	798.28	38.95	30.95	8.50	89.86	0.05	1.67		
11/20/2025 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x		E	Olasz zöldségleves	531.23	127.09	4.69	5.57	1.22	14.28	0.00	0.83		
			Tejszínes gombás csirke	1 110.96	265.78	30.30	10.71	3.74	11.73	1.17	0.25		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Összesen:	3 265.35	781.19	42.99	21.22	5.54	103.51	1.17	1.19		





11/21/2025 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Babgulyás	1 133.52	271.18	24.60	8.85	2.58	22.68	0.00	0.53		
		Pogácsa	2 006.42	480.01	17.20	19.26	7.48	58.91	0.00	1.14	  	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 285.35	785.98	42.20	28.51	10.06	88.59	0.00	1.68		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

