



Tételes étlap 2026.04.06. - 2026.04.12.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/7/2026 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
		Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
		Kapormártás	958.72	229.36	4.28	15.64	4.22	17.59	0.00	0.33		
		Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
		Összesen:	3 858.59	923.11	35.82	26.28	7.07	133.61	1.88	1.21		
4/8/2026 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E Reszelttészta leves	601.51	143.90	3.62	6.17	0.78	18.33	0.01	0.57		
		Rántott csirkecomb	1 359.31	325.19	26.83	10.95	2.20	29.45	0.80	1.25		
		Francia saláta	1 173.32	280.70	6.70	16.47	4.55	26.45	0.00	2.69		
		Összesen:	3 134.14	749.79	37.15	33.59	7.53	74.23	0.81	4.51		
4/9/2026 csütörtök	(00001) Normál 19-69 1x	E Fokhagymakrémleves	446.08	106.72	3.52	4.15	2.47	13.69	0.98	0.33		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Sült sertés oldalas	1 481.01	354.31	10.36	33.91	11.99	1.50	13.68	1.07		
		Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03		
		Olajos káposzta	107.84	25.80	1.17	0.68	0.05	3.72	0.00	0.89		
		Összesen:	3 643.09	871.55	22.89	50.54	15.89	79.19	14.66	2.42		





4/10/2026 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Daragaluska leves	599.57	143.44	4.64	5.75	0.81	18.05	0.02	1.13		
		Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 588.01	858.38	35.75	25.51	4.60	120.06	0.02	3.46		

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

