

Tételes étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
11/21/2022	hétfő (00043)	tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Liga margarin 20% zsirt.	150,48	36,00	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
			Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
			E Almaleves mir.**L.M.	483,56	115,68	0,53	0,02	0,00	27,52	7,99	0,08	(12)
			Kapros sertés ragu T.M.	1 126,12	269,40	14,18	22,91	7,25	1,48	0,00	0,29	
			Tészta kör.L.É.	591,18	141,43	2,06	1,88	0,26	28,55	0,00	0,08	
			U Felvágott / érzékenyeknek/ Retek, csomós	205,80 12,18	49,23 2,91	5,53 0,24	2,92 0,02	0,91 0,00	0,14 0,44	0,00 0,00	0,27 0,03	
			Összesen:	2 939,07	703,11	23,20	32,35	9,62	78,93	17,98	0,75	
11/22/2022	kedd (00043)	tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Padlizsán krém T.M.	426,57	102,05	1,24	8,81	1,73	4,53	0,00	0,21	
			Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04	
			E Palócleves **L.É.	616,37	147,45	9,74	7,84	1,66	9,20	0,00	0,08	(12)
			Darásmetélt**L.É.	1 569,61	375,50	5,35	4,63	0,60	77,15	18,58	0,21	
			U Zöldfűsz. margkrém A. M.	256,55	61,38	0,50	6,06	1,80	1,26	0,00	0,01	
			Összesen:	3 092,60	739,85	17,48	27,40	5,80	104,51	28,57	0,55	
			11/23/2022	szerda (00043)	tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	T Gyümölcs tea	87,69	20,98	0,01	0,00	0,00	5,15
Főtt virsli Allergén Mentés	376,20	90,00				9,00	6,50	0,00	0,00	0,00	0,00	
E Burgonyaleves LÉ.	675,73	161,66				3,86	2,87	0,30	29,89	0,00	0,46	
Húsoskáposzta L.É.	1 315,20	314,64				21,79	11,04	3,27	30,52	0,00	1,16	(12)
Alma 27%	194,37	46,50				0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
U Méz kg-os	410,26	98,15				0,12	0,00	0,00	24,30	24,30	0,01	
Összesen:	3 059,45	731,93				35,38	21,01	3,57	100,36	29,30	1,63	
11/24/2022	csütörtök (00043)	tej, tojás, búza, szója, mogyoró M				T Kakaó T.M.	515,33	123,29	0,73	1,65	0,30	26,93
			E Frankfurti leves L.M.	318,72	76,25	7,75	1,66	0,22	7,43	0,00	0,09	(12)
			Gombás sert. tokány L.M.	1 018,58	243,68	10,87	16,96	5,40	5,93	1,00	0,60	(12)
			Párolt rizs	842,77	201,62	3,60	4,77	3,27	34,87	0,00	0,06	
			U Harcsapástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
			Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
			Összesen:	3 043,23	728,05	23,19	25,16	9,19	76,10	21,98	0,80	
			11/25/2022	péntek (00043)	tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	T Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30
Húspástétom T.M.	508,73	121,71				9,37	8,89	2,72	0,98	0,00	0,45	
Kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
E Zöldségleves LÉ.	415,68	99,44				2,24	1,85	0,19	18,16	0,60	0,02	
Paradics. hús**I.M.	1 792,40	428,80				16,76	27,21	7,35	29,53	0,00	1,96	15,(12)
U Felvágott / érzékenyeknek/ Retek, csomós	343,00 12,18	82,05 2,91				9,21 0,24	4,86 0,02	1,51 0,00	0,23 0,44	0,00 0,00	0,44 0,03	
Összesen:	3 254,85	778,66				38,00	42,85	11,77	59,88	10,59	2,88	