

Tételes étlap 2022.12.12. - 2022.12.18.

| Diéta                   |   | Étlap tétel                     | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének           |  |
|-------------------------|---|---------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|----------------------|--|
| 12/12/2022<br>hétfő     | (00043)<br>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   |                      |  |
|                         |   | Tepertőkrém **                  | 382,80       | 91,58          | 1,21        | 9,20     | 0,00       | 0,02           | 0,00      | 0,01   |                      |  |
|                         |   | Sörretek                        | 0,00         | 0,00           | 0,00        | 0,00     | 0,00       | 0,00           | 0,00      | 0,00   | 0,00                 |  |
|                         |   | E Piritott tésztaleves**LÉ.     | 472,20       | 112,96         | 1,72        | 4,05     | 0,44       | 17,12          | 0,60      | 0,02   |                      |  |
|                         |   | Hentestokány L.É.               | 1 087,02     | 260,05         | 13,21       | 20,84    | 6,48       | 4,56           | 0,00      | 0,95   | (12)                 |  |
|                         |   | Tészta kör.L.É.                 | 618,68       | 148,00         | 2,16        | 1,97     | 0,27       | 29,88          | 0,00      | 0,09   |                      |  |
|                         |   | U Harcsapástétom zöldf. 30gr.   | 335,65       | 80,30          | 0,00        | 0,10     | 0,00       | 0,50           | 0,00      | 0,02   |                      |  |
|                         |   | Összesen:                       | 3 071,73     | 734,85         | 18,32       | 36,16    | 7,19       | 62,38          | 10,59     | 1,09   |                      |  |
| 12/13/2022<br>kedd      | (00043)<br>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   |                      |  |
|                         |   | Felvágott / érzékenyeknek/      | 205,80       | 49,23          | 5,53        | 2,92     | 0,91       | 0,14           | 0,00      | 0,27   |                      |  |
|                         |   | E Sárgaborsó guly. gluténmentes | 801,94       | 191,85         | 10,51       | 12,04    | 3,66       | 10,12          | 0,00      | 0,16   | 9                    |  |
|                         |   | Mákos metélt LÉ.                | 1 178,39     | 281,91         | 5,32        | 6,32     | 1,42       | 50,10          | 5,59      | 0,07   |                      |  |
|                         |   | Alma 27%                        | 194,37       | 46,50          | 0,60        | 0,60     | 0,00       | 10,50          | 0,00      | 0,00   |                      |  |
|                         |   | U Méz kg-os                     | 273,50       | 65,43          | 0,08        | 0,00     | 0,00       | 16,20          | 16,20     | 0,00   |                      |  |
|                         |   | Összesen:                       | 2 829,38     | 676,88         | 22,06       | 21,88    | 5,99       | 97,36          | 31,78     | 0,50   |                      |  |
| 12/14/2022<br>szerda    | (00043)<br>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   |                      |  |
|                         |   | Főtt virsli Allergén Mentés     | 376,20       | 90,00          | 9,00        | 6,50     | 0,00       | 0,00           | 0,00      | 0,00   |                      |  |
|                         |   | E Rántott leves **L.É.          | 446,05       | 106,71         | 1,55        | 3,85     | 0,43       | 16,28          | 0,00      | 0,05   | (12)                 |  |
|                         |   | Rakott zöldbab L.É.             | 1 562,73     | 373,85         | 18,73       | 19,77    | 6,84       | 29,04          | 0,00      | 0,28   |                      |  |
|                         |   | Narancs                         | 172,20       | 41,19          | 0,60        | 0,20     | 0,00       | 8,50           | 0,00      | 0,00   |                      |  |
|                         |   | U Felvágott / érzékenyeknek/    | 205,80       | 49,23          | 5,53        | 2,92     | 0,91       | 0,14           | 0,00      | 0,26   |                      |  |
|                         |   | Összesen:                       | 2 938,36     | 702,94         | 35,43       | 33,24    | 8,18       | 64,26          | 9,99      | 0,59   |                      |  |
| 12/15/2022<br>csütörtök | (00043)<br>tej, tojás, búza, szója, mogyoró M | T Rizstej                       | 261,97       | 62,67          | 0,54        | 1,42     | 0,17       | 11,83          | 5,99      | 0,00   |                      |  |
|                         |   | Kukoricapehely /CORN FLAKES/    | 618,40       | 147,94         | 3,08        | 0,24     | 0,00       | 33,20          | 0,00      | 0,00   | 1                    |  |
|                         |   | E Paradicsom leves LÉ.          | 583,36       | 139,56         | 2,47        | 2,84     | 0,27       | 25,72          | 8,47      | 0,04   | 9,(12)               |  |
|                         |   | Csirkepörkölt L.É.              | 965,34       | 230,94         | 30,29       | 11,24    | 2,31       | 1,86           | 0,00      | 1,12   |                      |  |
|                         |   | Főtt burgonya                   | 574,07       | 137,33         | 4,00        | 0,33     | 0,00       | 29,43          | 0,00      | 0,12   | (1),(6),(7),(8),(12) |  |
|                         |   | Uborka saláta                   | 79,92        | 19,12          | 0,80        | 0,08     | 0,00       | 3,76           | 2,40      | 0,18   |                      |  |
|                         |   | U Húspástétom T.M.              | 508,73       | 121,71         | 9,37        | 8,89     | 2,72       | 0,98           | 0,00      | 0,45   |                      |  |
|                         |   | Összesen:                       | 3 591,79     | 859,27         | 50,55       | 25,04    | 5,47       | 106,78         | 16,86     | 1,91   |                      |  |
| 12/16/2022<br>péntek    | (00043)<br>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   |                      |  |
|                         |   | Baromfi májas csirkemájjal 30   | 344,85       | 82,50          | 5,16        | 3,93     | 1,17       | 1,97           | 0,00      | 0,29   | 1,(6),(7),(10)       |  |
|                         |   | Paradicsom                      | 36,62        | 8,76           | 0,40        | 0,08     | 0,02       | 1,60           | 0,00      | 0,01   |                      |  |
|                         |   | E Tavaszi zöldségleves L.M.     | 268,59       | 64,26          | 0,69        | 2,49     | 0,28       | 9,57           | 0,60      | 0,42   | 9,(1)                |  |
|                         |   | Natúr sertésszelet LÉ.          | 1 084,31     | 259,41         | 11,24       | 21,24    | 6,13       | 5,51           | 0,00      | 0,50   | (12)                 |  |
|                         |   | Párolt petr.rizs                | 548,15       | 131,13         | 2,75        | 1,16     | 2,21       | 26,54          | 0,00      | 0,08   |                      |  |
|                         |   | Almakompót                      | 313,41       | 74,98          | 0,34        | 0,34     | 0,01       | 17,94          | 11,99     | 0,00   |                      |  |
|                         |   | U Liga margarin 20% zsírt.      | 150,48       | 36,00          | 0,04        | 4,00     | 1,20       | 0,00           | 0,00      | 0,00   |                      |  |
|                         |   | Alma-körte püré                 | 209,00       | 50,00          | 1,00        | 0,02     | 0,00       | 14,00          | 0,00      | 0,00   |                      |  |

Összesen: 3 130,79 749,00 21,64 33,26 11,02 87,43 22,58 1,30