

Tételes étlap 2023.01.23. - 2023.01.29.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
1/23/2023 hétfő	(00043) tej, tojás, búza, szója, magyoro M											
		T	Kakaó T.M.	515,33	123,29	0,73	1,65	0,30	26,93	20,98	0,00	(1)
		E	Paradicsom leves L.M.	558,02	133,50	2,38	2,80	0,26	24,42	8,39	0,11	9,(12)
			Tarhonyásh. Glut. M.	1 562,65	373,84	13,22	16,15	4,86	43,06	0,00	0,24	3
			Uborka saláta	79,93	19,12	0,81	0,08	0,00	3,77	2,40	0,18	
		U	Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Összesen:	2 921,73	698,98	22,67	23,60	6,33	98,32	31,77	0,80		
1/24/2023 kedd	(00043) tej, tojás, búza, szója, magyoro M											
		T	Gyümölcs tea	175,38	41,96	0,02	0,00	0,00	10,30	9,99	0,00	
			Harcspástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
			Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		E	Sav.sert. leves L.M.	754,24	180,44	10,12	9,11	0,33	13,52	0,00	0,20	(12)
			Morzsásmetélt L.É.	1 257,44	300,82	5,66	2,75	0,37	62,47	0,00	0,67	
			Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		U	Baromfi májas csirkemájjal 30	344,85	82,50	5,16	3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	1,(6),(7),(10)
			Karalábé	80,20	19,19	1,05	0,10	0,01	3,45	0,00	0,07	
		Összesen:	3 161,79	756,41	23,01	16,63	1,88	103,39	9,99	1,26		
1/25/2023 szerda	(00043) tej, tojás, búza, szója, magyoro 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	
		E	Lebbencs leves L.É.	685,45	163,98	2,33	2,97	0,31	31,41	1,60	0,04	
			Borsos tokány **L.É.	1 271,70	304,23	16,88	25,17	8,43	2,15	0,00	0,32	(12)
			Párolt petr.rizs	144,24	34,50	0,72	0,30	0,58	6,98	0,00	0,02	
			Vitamin saláta **A.M.	100,19	23,96	0,28	0,09	0,00	5,34	3,20	0,04	
		U	Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Összesen:	2 965,56	709,44	26,97	40,65	10,23	56,34	14,79	0,70		

1/26/2023 csütörtök		(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M									
T	Rizstej	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00		
	Kukoricapehely /CORN FLAKES/	618,40	147,94	3,08	0,24	0,00	33,20	0,00	0,00	1	
E	Csirkehúsleves Gluténmentes	750,47	179,53	17,84	6,69	1,32	11,62	0,60	0,31	9	
	Rántott csirkecomb L.M.	381,31	91,22	6,89	3,47	0,60	7,98	0,00	0,22	(12)	
	Parajfőzelék *mir.* LÉ.	1 056,23	252,68	3,56	8,70	0,99	36,88	15,82	0,05		
U	Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Összesen:	3 254,56	778,58	31,81	20,05	3,03	113,77	36,62	0,58		
1/27/2023 péntek		(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		
	Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27		
E	Karfiolleves L.É.	467,28	111,79	2,28	4,25	0,47	15,80	0,60	0,20	9,(12)	
	Bolognai spagetti L.	1 720,99	411,72	13,92	16,82	4,97	50,20	0,00	0,30		
U	Húspástétom T.M.	508,73	121,71	9,37	8,89	2,72	0,98	0,00	0,45		
	Összesen:	3 078,18	736,41	31,12	32,88	9,07	77,42	10,59	1,22		