

Tételes étlap 2023.03.06. - 2023.03.12.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
3/6/2023 hétfő	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	T Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	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 Lencseleves L.M.	679,59	162,58	9,08	4,46	0,43	21,36	0,00	0,09	10,(12)
		Mákos metélt LÉ.	1 515,08	362,46	6,84	8,13	1,83	64,41	7,19	0,09	
		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)
		Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		Összesen:	3 432,07	821,06	24,94	18,21	3,61	133,22	13,18	0,50	
3/7/2023 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	
		Tepertókrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
		Zöldhagyma 27%	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,01	
		E Piritott tészta leves**LÉ.	472,20	112,96	1,72	4,05	0,44	17,12	0,60	0,02	
		Csirkepörkölt L.É.	965,34	230,94	30,29	11,24	2,31	1,86	0,00	1,12	
		Főtt burgonya	671,56	160,66	4,68	0,40	0,01	34,43	0,01	0,14	(1),(6),(7),(8),(12)
		Uborka saláta	79,92	19,12	0,80	0,08	0,00	3,76	2,40	0,18	
		U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		Összesen:	3 174,37	759,41	45,22	28,53	3,68	79,60	13,00	1,75	
3/8/2023 szerda	(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	
		Főtt virsli Allergén Mentés	360,00	86,13	9,00	10,00	3,83	0,10	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)
		Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		E Erőleves **L.É.	391,72	93,71	0,99	4,06	0,45	12,98	0,80	0,19	9
		Húsoskáposzta L.É.	1 533,12	366,78	27,72	14,06	4,17	30,44	0,00	1,47	(12)
		Narancs	258,30	61,79	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
		U Harcsapástétom 30 gr.	421,34	100,80	2,67	9,12	1,20	1,80	0,00	0,11	4
		Összesen:	3 159,52	755,87	41,70	37,58	9,65	69,05	10,79	1,79	
3/9/2023 csütörtök	(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	
		Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		E Vegyes gyüm. leves LÉ.**	347,60	83,16	0,04	0,02	0,00	20,61	15,18	0,79	(12)
		Rakott burg. dar. hús. LisztM +	1 702,58	407,32	14,76	15,32	4,47	52,10	1,60	0,27	(12)
		Cékla saláta A.M.	123,41	29,52	0,96	0,07	0,00	5,96	1,60	0,56	
		U Felvágott / érzékenyeknek/	205,80	49,23	5,53	2,92	0,91	0,14	0,00	0,27	
		Összesen:	2 828,27	676,62	21,39	18,33	5,38	105,31	44,57	1,89	
3/10/2023 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	
		Húspástétom T.M.	508,73	121,71	9,37	8,89	2,72	0,98	0,00	0,45	
		E Palócleves **L.É.	616,37	147,45	9,74	7,84	1,66	9,20	0,00	0,08	(12)
		Darásmetélt**L.É.	1 392,40	333,11	4,75	4,11	0,53	68,44	16,48	0,19	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		U Alma-körte püré	209,00	50,00	1,00	0,02	0,00	14,00	0,00	0,00	
		Összesen:	3 097,86	741,12	25,58	21,16	4,91	112,72	26,47	0,72	