

Tételes étlap 2023.02.20. - 2023.02.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
2/20/2023 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			
		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 /db/ 27%	16,04	3,84	0,21	0,02	0,00	0,69	0,00	0,01			
		E Vegyes gyüm.levés LÉ.**	347,61	83,16	0,05	0,02	0,01	20,62	15,18	0,79	(12)		
		Kapros sertés ragu T.M.	1 126,13	269,41	14,18	22,91	7,26	1,49	0,00	0,30			
		Tarhonya köret L.	1 099,88	263,12	3,84	3,50	0,49	53,12	0,00	1,65	3		
		U Liga margarin 20% zsírt.	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			
		Összesen:	3 454,74	826,49	24,10	34,98	10,13	98,69	25,17	3,04			
		2/21/2023 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	
Főtt virsli Allergén Mentés	360,00			86,13	9,00	10,00	3,83	0,10	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)		
E Sárgaborsó guly. gluténmentes	801,94			191,86	10,51	12,04	3,66	10,13	0,00	0,16	9		
Burgonyás tészta LM.	1 346,88			322,22	4,12	2,92	0,25	69,46	0,00	0,17			
Narancs	258,30			61,79	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01			
U Tepertőkrém **	382,80			91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01			
Sárgarépa	84,06			20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16			
Összesen:	3 409,36			815,65	26,36	34,56	7,76	106,81	9,99	0,51			
2/22/2023 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	
				Húspástétom T.M.	254,37	60,86	4,69	4,45	1,36	0,49	0,00	0,23	
		Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
		E Rántott leves **L.É.	353,07	84,46	1,53	3,86	0,43	10,78	0,00	0,06			
		Sült csirkecomb	280,67	67,14	0,00	7,42	0,85	0,00	0,00	0,00			
		Parajfőzelék *mir.* L.É.	1 056,23	252,69	3,57	8,70	0,99	36,88	15,82	0,06			
		U Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18			
		Összesen:	2 276,58	544,63	13,90	26,42	4,24	59,23	25,81	0,54			
		2/23/2023 csütörtök	(00043) tej, tojás, búza,	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 Zöldséglevés L.É.	415,69			99,45	2,25	1,86	0,19	18,17	0,60	0,02			
Hentestokány L.É.	1 087,02			260,06	13,22	20,85	6,49	4,57	0,00	0,95	(12)		
Párolt rizs	707,92			169,36	3,02	4,01	2,75	29,29	0,00	0,05			
U Harcsapástétom zöldf. 30gr.	335,65			80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02			
Összesen:	3 426,65			819,78	22,11	28,49	9,61	97,57	6,59	1,04			
2/24/2023 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/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18			
		Jégcsapretek	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		E Gulyásleves GluténM.	534,03	127,76	9,23	5,48	1,45	10,12	0,00	0,16	3		
		Morzsásmetélt L.É.	1 660,47	397,24	7,47	3,63	0,49	82,49	0,00	0,89			
		U Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Összesen:	2 780,58	665,21	20,49	11,06	2,55	119,21	26,19	1,23			