

Tételes étlap 2024.02.26. - 2024.03.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
2/26/2024 hétfő	(00085) Tej mentesB	R Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Csipkebogyó tea	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Húspástétom B.t.m.	216,63	51,82	3,74	3,96	1,21	0,29	0,00	0,18	
		Korpás kifli	555,94	133,00	4,50	1,10	0,06	25,60	0,00	0,00	1
		Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E Natur csirkemellcsikok B	591,61	141,53	12,22	7,25	0,92	7,09	0,00	0,09	1
		Cékklafőzelék A.M. B.	898,34	214,91	4,28	6,23	0,75	35,49	8,09	0,23	1
		U Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Gyümölcs tea	346,99	83,01	0,02	0,01	0,00	20,44	19,98	0,00	
		Baromfi májas csirkemájjal 30	172,43	41,25	2,58	1,97	0,59	0,99	0,00	0,15	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		Vizes zsemle 40 gr	466,49	111,60	3,76	0,28	0,14	22,80	0,00	0,85	1
		Összesen:	4 102,53	981,44	32,80	23,54	3,98	155,56	48,05	1,52	
2/27/2024 kedd	(00085) Tej mentesB	R Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Csipkebogyó tea	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18	
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	1
		T Narancs	172,20	41,20	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		E Rostonhal **B	527,24	126,13	10,71	5,95	1,04	7,75	0,00	0,16	1,4
		Párolt kuszkus B.	891,75	213,34	6,38	3,10	0,32	38,72	0,00	0,01	1
		Uborka saláta B.	46,44	11,11	0,60	0,06	0,00	2,03	1,00	0,02	
		U Kakaó rizstejből	260,18	62,24	0,55	1,17	0,25	12,99	8,99	0,00	(1)
		Gyümölcs tea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Vizes zsemle 40 gr	466,49	111,60	3,76	0,28	0,14	22,80	0,00	0,85	1
		Összesen:	3 704,45	886,23	30,91	14,48	2,54	155,32	43,17	1,23	
2/28/2024 szerda	(00085) Tej mentesB	R Gyümölcs tea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18	
		Kígyóuborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01	
		Tejles kiőrésű szel. kenyér	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,07	1
		T Sült tök B	235,20	56,27	1,05	0,42	0,00	11,41	0,00	0,00	
		E Csöbenschült karf. B Tej M.	861,80	206,17	7,23	3,86	0,93	35,75	4,00	0,07	1
		Csirkem.csikok B	727,51	174,04	13,58	9,91	1,23	7,88	0,00	0,00	1
		U Csipkebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Harcspástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		Vizes zsemle 40 gr	466,49	111,60	3,76	0,28	0,14	22,80	0,00	0,85	1
		Összesen:	3 730,81	892,54	36,29	20,77	3,68	119,43	14,00	1,20	
2/29/2024 csütörtök	(00085) Tej mentesB	R Csipkebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Padlizsán krém B.T.m.	260,79	62,39	0,49	5,85	1,22	1,92	0,00	0,01	
		Jégcsapretek	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Magvas zsemle,	631,18	151,00	6,00	6,69	0,87	21,52	0,00	0,44	1,11
		T Banán	219,45	52,50	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03	
		E Tárk.csirkeragu leves B. T.M.	515,52	123,33	10,69	0,61	0,08	18,61	0,00	0,02	1
		Tejb.rizs rizstej BT,M,	876,75	209,75	3,76	1,39	2,58	44,65	6,79	0,01	
		U Rizsital	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
		Csipkebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18	
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Rozsos kenyér	428,00	102,39	3,24	0,36	0,04	21,56	0,00	0,05	1
		Összesen:	3 642,78	871,48	29,84	19,82	5,76	146,73	20,78	0,74	
3/1/2024 péntek	(00085) Tej mentesB	R Csipkebogyó tea	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Kakaó rizstejből	260,18	62,24	0,55	1,17	0,25	12,99	8,99	0,00	(1)
		Sárgabarack lekvár	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	12,46	0,00	(12)
		Kenyér érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	1
		T Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		E Rakott zöldbab burgurra AM. B.	1 540,65	368,58	15,30	21,95	5,35	27,67	0,00	0,11	1
		U Csipkebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Baromfi májas csirkemájjal 30	344,85	82,50	5,16	3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
Korpás zsemle,	480,70	115,00	7,92	8,84	0,00	28,41	0,00	0,58	1,3,(8),(11)		
Összesen:	3 926,39	939,33	34,25	37,50	6,91	138,38	36,44	0,99			