

Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
4/29/2024 hétfő	(00085) Tej mentesB	R Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Gyümölcsstea **B.	8,39	2,01	0,00	0,00	0,00	0,50	0,50	0,00	
		Baromfi májas csirkemájjal 30	172,43	41,25	2,58	1,97	0,59	0,99	0,00	0,15	
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	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 Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		E Vegy.gyüm.márt.mir. T.M.B.	786,95	188,27	3,78	0,96	0,10	41,35	10,79	0,01	1
		Húsgombóc B	764,74	182,95	9,83	12,22	4,93	7,98	0,00	0,10	3
		U Rizsital	349,30	83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
		Gyümölcsstea **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	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		Teljes kiőrlésű szel. kenyér	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,07	1
		Összesen:	3 821,73	914,29	33,76	29,63	7,99	130,91	24,28	0,95	
4/30/2024 kedd	(00085) Tej mentesB	R Rizsital	174,65	41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Sonkakrém házi **B. T.M.	212,44	50,82	3,71	3,95	1,21	0,10	0,00	0,18	
		Sárgarépa	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06	
		Korpás kifli	555,94	133,00	4,50	1,10	0,06	25,60	0,00	0,00	1
		T Multivit. 100%	199,80	47,80	0,00	0,00	0,00	2,80	1,68	0,00	
		E Burgonyafőz. T.M.B	786,75	188,22	3,74	7,76	0,90	26,10	0,00	0,11	1
		Húspuding T.M. B	827,78	198,03	10,07	13,97	4,64	7,94	2,00	0,12	1,3
		U Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Gyümölcsstea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Harcspástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	4
		Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Rozsos kenyér	428,00	102,39	3,24	0,36	0,04	21,56	0,00	0,05	1
		Összesen:	3 860,00	923,44	26,60	29,68	7,16	108,29	15,67	0,55	
5/2/2024 csütörtök	(00085) Tej mentesB	R Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Gyümölcsstea **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	
		Teljes kiőrlésű szel. kenyér	551,05	131,83	5,76	2,28	0,52	21,90	0,00	0,07	1
		T Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E Csirke raguleves B	566,73	135,58	15,16	3,60	0,47	10,44	0,00	0,11	1,3
		Tejberizs Rizstejből kakó sz.B	970,86	232,26	3,75	1,29	2,69	50,98	15,98	0,01	
		U Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Gyümölcsstea **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	
		Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Vizes zsemle 40 gr	466,49	111,60	3,76	0,28	0,14	22,80	0,00	0,85	1
		Összesen:	3 754,67	898,24	33,88	12,58	4,79	160,44	46,16	1,24	
		5/3/2024 péntek	(00085) Tej mentesB	R Csipkebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00
Rizsital	349,30			83,56	0,72	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
Kukoricapehely /CORN FLAKES/	618,40			147,94	3,08	0,24	0,00	33,20	0,00	0,00	
T Narancs	172,20			41,20	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
E Zöldborsófőzelék Tejm. B	874,48			209,21	8,96	3,53	0,40	35,46	4,50	0,11	1
Csirkemellfalatok párizsiasanB	669,61			160,19	17,33	6,57	0,73	8,00	0,00	0,14	1,3
U Rizsital	174,65			41,78	0,36	0,95	0,12	7,89	4,00	0,00	
Gyümölcsstea **B.	16,78			4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
Főtt virsli Allergén Mentés B.	376,20			90,00	9,00	6,50	0,00	0,00	0,00	0,00	
Rozsos kenyér	428,00			102,39	3,24	0,36	0,04	21,56	0,00	0,05	1
Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
Összesen:	3 712,78	888,23	43,53	20,32	1,53	132,99	18,49	0,31			