

Tételes étlap 2024.11.18. - 2024.11.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
11/18/2024 hétfő	(00085) Tej mentesB	R Gyümölcs tea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Tejeskávé t.m.	532,20	127,32	0,64	1,43	0,19	27,82	20,98	0,01	1
		Felvágott / érzékenyeknek/	137,20	32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18	
		Retek, csomós	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		Tejles kiőrésű szel. kenyér	413,29	98,87	4,32	1,71	0,39	16,43	0,00	0,05	1
		T Alma 27%	194,37	46,50	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,00	
		E Csirkemájás rizottó "B"	1 485,24	355,32	18,17	7,51	4,74	52,03	0,00	0,12	
		Káposzta saláta B	55,43	13,26	0,65	0,08	0,01	2,35	0,00	0,01	
		U Cspikebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Liga margarin 20% zsirt.	150,48	36,00	0,04	4,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
		Kaliforniai paprika	16,72	4,00	0,24	0,06	0,00	0,60	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:	3 759,13	899,31	32,89	19,07	7,46	146,91	28,97	1,25	
11/19/2024 kedd	(00085)	R Cspikebogyó 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	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		Korpás kifli	555,94	133,00	4,50	1,10	0,06	25,60	0,00	0,00	1
		T Sült tök B	235,20	56,27	1,05	0,42	0,00	11,41	0,00	0,00	
		E Parajfőzelék mirelit TM. B	741,92	177,49	4,96	3,79	0,43	27,57	6,99	0,07	1
		Sertés vagdalt B	798,51	191,03	9,65	15,04	4,61	3,90	0,00	0,11	1,3
		U Gyümölcs tea **B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Vaníliás tej T.M.B.	275,35	65,87	0,36	0,95	0,12	13,89	9,99	0,00	
		Húspástétom B.t.m.	216,63	51,82	3,74	3,96	1,21	0,29	0,00	0,18	
		Kigyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Kenyer érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	1
		Összesen:	3 871,24	926,13	33,94	30,48	7,73	118,46	22,98	0,66	
11/20/2024 szerda	(00085) Tej mentesB	R Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Cspikebogyó tea	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Sárgar.marg.krém A.M. B.	200,92	48,07	0,40	4,06	1,21	2,43	0,00	0,10	
		Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Magvas kenyér	436,39	104,40	3,24	0,36	0,00	21,44	0,00	0,00	1,11
		T Narancs	172,20	41,20	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		E Rakott karfiol T.M. B.	1 347,50	322,37	14,81	17,51	5,22	25,76	0,60	0,16	1
		Almakompót B	155,36	37,17	0,22	0,23	0,01	8,79	5,00	0,00	
		U Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Cspikebogyó 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	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		Rozsos kifli 40 gr	555,94	133,00	4,50	0,70	0,00	25,60	0,00	0,00	1
		Összesen:	3 899,80	932,97	28,98	27,97	7,42	137,68	37,56	0,45	
11/21/2024 csütörtök	(00085) Tej mentesB	R Cspikebogyó 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	4
		Kaliforniai paprika	16,72	4,00	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Kenyer érz.	466,49	111,60	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,00	1
		T Banán	219,45	52,50	0,65	0,05	0,00	12,10	0,00	0,03	
		E Sárgarépafőz.(friss) Tejm.B.	669,23	160,10	3,38	3,61	0,45	28,63	5,00	0,19	1
		Húspuding T.M. B	827,78	198,03	10,07	13,97	4,64	7,94	2,00	0,12	1,3
		U Cspikebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	0,00	
		Rizsital	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Méz kg-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Korpás zsemle,	480,70	115,00	7,92	8,84	0,00	28,41	0,00	0,58	1
		Összesen:	3 759,70	899,45	27,00	29,29	5,39	138,91	35,19	0,94	
		11/22/2024 péntek	(00085) Tej mentesB	R Cspikebogyó tea B.	16,78	4,02	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00
Rizsital	261,97			62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
Felvágott / érzékenyeknek/	137,20			32,82	3,69	1,95	0,61	0,10	0,00	0,18	
Rozsos kenyér	428,00			102,39	3,24	0,36	0,04	21,56	0,00	0,05	1
Jégcsapretek	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
T Körte	221,51			52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
E Paradicsom.zab.húsg. B	1 236,25			295,75	18,72	6,58	1,93	40,06	5,00	0,16	1,3,9
Főtt burgonya B.	286,94			68,65	2,00	0,16	0,00	14,72	0,00	0,21	
U Kakaó riztejből	260,18			62,24	0,55	1,17	0,25	12,99	8,99	0,00	
Kukoricapehely /CORN FLAKES/	463,80			110,96	2,31	0,18	0,00	24,90	0,00	0,00	
Gyümölcs tea	263,08	62,94	0,02	0,01	0,00	15,45	14,99	0,00			
Összesen:	3 575,71	855,43	31,47	12,14	3,01	154,62	35,97	0,61			