



Tételes étlap 2018.12.17. - 2018.12.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2018.12.17. hétfő	(00001) Iskola	T Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7	
		Soproni felvágott	200,84	48,05	6,36	6,30	0,86	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,00	2,14	0,00	0,07	1,(6),(7)	
		Uborka karika	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E Sertésragu leves	666,46	159,44	11,85	7,21	1,64	11,52	0,01	0,31	1,3	
		Sárgaborsó főzelék	1 289,75	308,55	18,47	5,92	2,25	45,03	0,02	0,02	1,7	
		Sült szafaládé	729,12	174,43	8,33	15,52	5,13	0,14	0,00	1,59	6,(10)	
		Félbarna kenyér	269,74	64,53	1,97	0,18	0,00	13,68	0,00	0,00	1,(6)	
		Müzli szelet	487,76	116,69	1,56	3,52	2,12	18,87	9,46	0,00	1,6,(5),(7),(8),(11)	
		U Hamé tonhal pástétom	268,80	64,31	1,24	6,54	0,00	0,34	0,00	0,00	4	
		Kifli	502,47	120,21	4,14	0,31	0,00	25,08	0,00	0,00	1,7	
	Összesen:	4 659,83	1 114,80	61,42		12,90	121,97	14,09	2,10			
2018.12.18. kedd	(00001) Iskola	T Kakaó	230,16	55,06	4,00	0,40	0,27	8,80	0,00	0,45	6,7,15	
		Kuglóf	786,37	188,13	3,22	10,01	1,39	21,06	10,99	0,12	1,3,(6),(7),(8),(12)	
		E Fokhagymakrémleves	404,86	96,86	2,13	6,92	1,77	6,84	0,22	0,35	1,7	
		Sertéspörkölt	956,86	228,91	22,06	12,90	3,42	5,89	0,04	0,24		
		Burgonya	1 237,78	296,12	7,00	4,27	0,49	56,00	0,00	0,03		
		Pirított zsemlekočka	57,10	13,66	0,47	0,04	0,00	2,85	0,00	0,08	1	
		Káposzta saláta	275,07	65,81	1,79	0,21	0,03	13,83	6,99	0,04		
		U Zsír	587,16	140,47	0,84	15,16	5,74	0,00	0,00	0,01	7,(1)	
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,00	2,14	0,00	0,07	1,(6),(7)	
			Összesen:	4 612,59	1 103,50	42,15		13,11	119,07	18,24	1,39	





2018.12.19. szerda	(00001) Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7		
			Margarin	185,00	44,26	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	7	
			Korpás kifli	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,85	1		
			Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00			
		E	Tojás leves	397,79	95,16	2,77	7,32	1,07	4,48	0,02	0,26	1,3		
			Bácskai rizseshús	2 011,70	481,27	23,28	16,56	3,46	59,20	0,02	0,21			
			Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	10		
		U	Párizsi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	(1),(6),(7),(10)		
			Zsemle teljes kiörlésű	210,72	50,41	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22	1		
			Összesen:	3 928,60	939,85	44,30		7,52	111,03	4,64	3,62			
2018.12.20. csütörtök	(00001) Iskola	T	Kakaó	430,80	103,06	6,80	3,14	1,67	11,58	0,00	0,27	7,15		
			Zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1		
			Margarin	185,00	44,26	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,10	7		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04			
		E	Csontleves	360,54	86,25	3,95	1,64	0,00	13,96	0,04	0,35	1,3		
			Rántott sertésszelet	1 219,86	291,83	22,15	10,66	2,96	26,47	0,00	0,70	1,3,7,(6)		
			Burgonyapüré	516,21	123,50	3,27	0,21	0,00	26,98	0,00	0,15			
			Vegyes vágott savanyúság	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)		
		U	Gesztenyés kocka	994,78	237,99	3,93	10,54	4,31	31,85	21,08	0,10	1,3,7,(5),(6)		
			Olasz felvágott	267,37	63,96	3,57	6,30	2,06	0,06	0,00	0,68	6,(10)		
			Kifli teljes kiörlésű 44g	421,44	100,82	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1,(6),(7)		
	Összesen:	4 912,64	1 175,27	52,61		11,06	155,48	21,12	3,90					
2018.12.21. péntek	(00001) Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7		
			Húskrém	91,88	21,98	1,05	1,73	0,00	0,00	0,00	0,19	(1),(6),(7),(10)		
			Rozsos kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,00	2,14	0,00	0,07	1,6,(7)		
		E	Tejfölös bableves	775,59	185,55	9,95	5,04	1,82	24,97	0,04	0,35	1,7		
			Nutellás gombóc 8 db	1 389,55	332,43	7,75	3,47	0,32	65,25	9,99	0,45	1,3,5,7,(6)		
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01					





018.12.2	- rántás (00001)	Iskola	U	Kockasajt	168,60	40,33	1,57	3,06	1,64	1,63	0,00	0,00	7	
				Zsemle teljes kiőrlésű	210,72	50,41	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	0,22	1	
				Összesen:	3 126,15	747,88	30,56		4,71	121,05	14,63	1,39		

Az étlapváltozás jogát fenntarjuk ! Diétás étkezést nem tudunk biztosítani !

Diétás étkezés : Soproni Gyógyközpont

Nagy Barnabásné Élelmezésvezet

