



Tételes étlap 2019.04.22. - 2019.04.28.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2019.04.23. kedd	(00001) Iskola	T	Kakaó	230,16	55,06	4,00	0,40	0,27	8,80	0,00	0,45	6,7,15	
			Olasz felvágott	267,37	63,96	3,57	6,30	2,06	0,06	0,00	0,68	6,(10)	
			Burgonyás kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,08	1,6,(7)	
		E	Fokhagymakrémléves	473,25	71,26	2,20	8,76	2,57	6,70	0,22	0,37	1,7	
			Pirított napraforgó	121,83	29,15	1,12	2,45	0,00	0,62	0,00	0,00	8	
			Borsos tokány	862,10	206,24	21,75	10,96	3,20	4,89	0,01	0,25	1	
			Bulgur	1 317,45	315,18	8,60	9,28	1,11	53,11	0,00	0,03	1	
		U	Löncs felvágott	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	(1),(6),(7),(10)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
			Sárgarépa	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
	Összesen:	3 678,25	838,00	45,97		11,30	80,95	0,23	2,69				
2019.04.24. szerda	(00001) Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7	
			Zala felvágott	267,37	63,96	3,57	5,40	2,06	0,06	0,00	0,68	6,(10)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
		E	Karfiolleves reszelt tésztával	266,89	63,85	3,03	1,12	0,14	10,42	0,04	0,37	1,3	
			Vajbabfőzelék	726,92	110,96	5,25	10,71	3,53	13,78	0,04	0,24	1,7	
			Pörkölt	542,24	129,72	15,14	5,88	1,31	3,91	0,02	0,02	1	
			Félbarna kenyér	269,74	64,22	1,97	0,18	0,00	13,68	0,00	0,04	1,(6)	
			Túró rudi	285,60	68,33	2,91	4,74	0,00	2,94	0,00	0,00	7,(5),(6)	
		U	Csirkemell sonka	138,60	33,16	5,10	0,65	0,27	1,26	0,00	0,64	(1),(6),(7),(10)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
	Lilahagyma	82,72	19,79	0,60	0,05	0,00	4,15	0,00	0,01				
	Összesen:	2 854,37	619,61	45,17		8,23	59,08	4,70	2,22				





2019.04.25. csütörtök	(00001) Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7	
			Áfonyás bukta	1 197,57	286,50	8,92	6,49	1,42	47,94	6,99	0,05	1,3,7	
		E	Csontleves	360,54	86,25	3,95	1,64	0,00	13,96	0,04	0,35	1,3	
			Lecsós szelet	852,85	204,03	19,69	10,95	2,88	6,48	0,04	0,37	1	
			Burgonya	1 237,78	296,12	7,00	4,27	0,49	56,00	0,00	0,03		
		U	Párizsi	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	(1),(6),(7),(10)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
			Uborka karika	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
			Összesen:	4 170,83	997,80	50,83		7,76	132,03	11,67	1,66		
2019.04.26. péntek	(00001) Iskola	T	Kakaó	230,16	55,06	4,00	0,40	0,27	8,80	0,00	0,45	6,7,15	
			Tepertős pogácsa	1 129,65	270,25	10,88	9,34	0,26	34,89	0,00	0,47	1,3,7	
		E	Gyümölcsleves	724,69	131,41	1,78	4,35	2,09	31,20	20,89	0,03	1,7	
			Rántott hal	1 060,14	253,62	19,59	9,99	1,95	20,10	0,00	0,31	1,3,4,7,(6)	
			Párolt rizs 1/2	739,31	176,87	3,22	4,30	0,50	31,13	0,00	0,18		
			Majonézes kukorica saláta	612,18	114,98	3,04	8,86	2,38	13,88	0,00	0,04	3,7,10,(1)	
			Gyümölcs	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Sajtkrém	111,00	26,56	3,20	1,60	0,00	0,80	0,00	0,00	7	
			Zsemle teljes kiőrlésű	210,72	50,41	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	1,44	1	
	Összesen:	5 035,97	1 131,34	48,45		7,48	161,01	20,89	2,94				

Az étlapváltozás jogát fenntarjuk ! Diétás étkezést nem tudunk biztosítani !

Diétás étkezés : Soproni Gyógyközpont

Nagy Barnabásné Élelmezésvezető

