











Tételes étlap 2024.05.20. - 2024.05.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 20. hétfő (00005) Idősek otthona	R	Tej	756,00	180,86	10,20	8,40	4,56	15,90	0,00	0,34		
		Magyaros vajkrém	793,80	189,90	1,25	20,00	9,67	1,00	0,00	0,01		
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		Paradicsom	54,94	13,14	0,60	0,12	0,02	2,40	0,00	0,01		
	T	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U	Citromos tea	94,88	22,70	0,02	0,02	0,00	5,36	5,00	0,00		
	V	Gyümölcsjoghurt	376,20	90,00	3,00	2,00	1,05	12,55	7,38	0,00	 	
		Csemege szalámi	867,72	207,59	10,04	18,44	7,07	0,12	0,00	1,70	 	
		Margarin	186,00	44,50	0,01	4,90	1,33	0,03	0,00	0,27		
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		Zöldpaprika	49,14	11,76	0,72	0,18	0,00	1,80	0,00	0,00		
	Összesen:	5 663,59	354,93	46,64	56,46	24,30	160,16	12,38	4,97			
2024. 05. 21. kedd (00005) Idősek otthona	R	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00		
		Bundáskenyér	2 699,56	645,82	30,12	22,07	4,77	80,92	0,00	3,34	 	
	T	Banán	614,28	146,96	1,82	0,14	0,00	33,88	0,00	0,08		





2024. 05. 21. kedd	(00005) Idősek otthona	E	Csontleves	572,93	136,17	6,25	1,66	0,17	21,38	0,00	1,75	      	
			Zöldbabfőzelék	1 052,18	251,72	8,09	11,38	3,63	28,60	4,00	1,02	 	
			Sertésvagdalt	875,20	209,38	16,81	11,26	2,77	9,95	0,00	1,59	 	
			Fehér kenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,40	0,00	0,53		
		U	Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		V	Pásztor tarhonya	2 919,63	698,48	26,06	30,30	8,73	78,84	0,00	3,82		
			Ecetes cékla	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98		
			Összesen:	10	2	104,23	78,04	20,49	350,32	20,38	14,42		
				671,70	552,15								
		2024. 05. 22. szerda	(00005) Idősek otthona	R	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00
	Füstölt császárszal.			1 308,30	312,99	7,00	31,50	12,87	0,00	0,00	2,10		
	Fehér kenyér			1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
	Hónapos retek			24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
T	Alma			290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
E	Paradicsom leves			820,58	157,03	4,60	5,21	0,65	34,15	9,99	1,09	 	
	Laci pecsenye			1 348,85	322,69	22,58	24,18	9,04	3,31	0,00	1,24		
	Burgonyapüré			1 307,11	312,71	7,46	7,78	2,30	51,89	0,00	1,14		
	Őszibarack befőtt			293,63	70,25	0,40	0,00	0,00	16,96	11,20	0,00		
U	Gyümölcsjoghurt			376,20	90,00	3,00	2,00	1,05	12,55	7,38	0,00	 	





2024. 05. 22. szerda (00005) Idősek otthona		V	Fokhagymás felvágott	839,66	0,00	8,22	18,48	6,88	0,18	0,00	1,32		
			Margarin	186,00	44,50	0,01	4,90	1,33	0,03	0,00	0,27		
			Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
			Összesen:	9 179,36	955,88	74,58	96,52	34,72	251,67	38,56	9,86		
2024. 05. 23. csütörtök (00005) Idősek otthona		R	Tejeskávé	890,27	212,98	10,20	8,40	4,56	23,89	7,99	0,34		
			Kakaós kalács	1 415,00	338,52	7,86	7,01	2,89	43,23	4,66	0,69	 	
			Vaj	531,22	127,09	0,06	14,00	6,77	0,06	0,00	0,00		
		T	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00		
		E	Brokkolikrémleves levesgyönggyel	1 079,27	258,20	8,05	17,03	8,80	18,14	0,00	1,82	 	
			Rántott pulykamell	1 559,55	373,10	27,13	18,07	4,53	25,07	0,00	1,43	 	
			Kukoricás rizs	1 599,64	382,69	7,81	8,15	0,96	69,08	0,00	1,00		
			Csemege uborka	46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92		
		U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		V	Lencsefőzelék	1 766,38	421,59	23,79	12,38	3,81	53,50	0,00	1,37	 	
			Sertés sült	820,15	196,21	14,76	15,01	3,09	0,28	0,00	1,33		





2024. 05. 23. (00005) Idősek	V	Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31						
		Összesen:	11 285,14	2 698,82	110,97	101,76	35,71	313,55	22,64	11,23						
2024. 05. 24. béntek (00005) Idősek otthona	R	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00						
		Sült kolbász	2 559,65	612,36	22,10	32,50	19,38	0,39	0,00	1,95						
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31						
		Mustár	106,09	25,38	0,86	0,96	0,00	3,30	0,00	0,29						
	T	Kockasajt	160,20	38,33	1,49	2,90	1,56	1,54	0,00	0,14						
	E	Gulyásleves	1 166,67	278,21	18,63	11,01	2,61	25,67	0,00	1,56						
		Túrós csusza	2 625,94	628,21	29,10	24,85	9,59	71,30	0,00	1,08						
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02						
	U	Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31						
	V	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00						
		Farmer sajt	521,47	124,75	6,60	10,56	6,28	0,68	0,00	1,12						
		Teljeskiőrlésű zsemle	1 053,62	252,06	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12						
		Hónapos retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06						
		Összesen:	11 082,43	2 650,41	110,80	86,82	40,16	294,76	19,98	9,96						





2024. 05. 25. szombat (00005) Idősek otthona	R	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00		
		Csécsi szalonna	2 037,42	487,42	6,30	51,10	19,36	0,00	0,00	2,45		
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		Zöldhagyma	54,00	12,92	0,73	0,08	0,01	1,74	0,00	0,02		
	T	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U	Tej	756,00	180,86	10,20	8,40	4,56	15,90	0,00	0,34		
	V	Löncs felvágott	658,22	157,47	8,28	13,20	4,88	1,20	0,00	1,68	 	
		Vaj	531,22	127,09	0,06	14,00	6,77	0,06	0,00	0,00		
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		Hónapos retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
	Összesen:	6 735,89	611,47	46,88	89,25	36,18	151,50	9,99	7,19			
2024. 05. 26. vasárnap (00005) Idősek otthona	R	Citromos tea	189,76	45,40	0,03	0,03	0,00	10,72	9,99	0,00		
		Olajos halkonzerv	1 515,68	362,60	29,75	26,88	7,03	0,13	0,00	1,84	 	
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		Paradicsom	54,94	13,14	0,60	0,12	0,02	2,40	0,00	0,01		
	T	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		





2024. 05. 26. vasárnap (00005) Idősek otthona	U	Tejföl	1 250,57	299,18	4,60	30,00	20,22	5,60	0,00	0,18	 	
	V	Sertés párizsi	534,74	0,00	7,14	10,92	4,13	0,12	0,00	1,08	 	
		Margarin	186,00	44,50	0,01	4,90	1,33	0,03	0,00	0,27		
		Fehér kenyér	1 097,04	262,45	10,00	0,80	0,30	53,50	0,00	1,31		
		Összesen:	6 216,60	359,30	62,93	75,25	33,33	140,00	9,99	6,02		

.....
élelmezésvezető

