

**Tételes étlap 2022.12.05. - 2022.12.11.**

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
<b>12/5/2022</b> <b>hétfő</b>	(00080) Lisztérzéke ny	<b>E</b> Csontleves L.É.	344,33	82,38	1,57	1,28	0,03	15,97	1,00	0,22	
		Rizseshús**T.M.	2 206,65	527,90	18,01	25,21	11,22	55,12	0,00	0,57	
		Uborka saláta	99,91	23,90	1,01	0,10	0,00	4,71	3,00	0,23	
		Összesen:	2 650,89	634,18	20,59	26,59	11,25	75,80	4,00	1,02	
<b>12/6/2022</b> <b>kedd</b>	(00080) Lisztérzéke ny	<b>E</b> Csirke ragulevesL.É.	951,75	227,69	12,83	17,27	5,43	4,91	0,00	1,10	
		Mákos metélt LÉ.	1 346,73	322,18	6,08	7,23	1,63	57,26	6,39	0,08	
		Narancs	344,40	82,39	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01	
		Összesen:	2 642,88	632,26	20,11	24,90	7,06	79,17	6,39	1,19	
<b>12/7/2022</b> <b>szerda</b>	(00080) Lisztérzéke ny	<b>E</b> Burgonyaleves LÉ.	661,04	158,14	3,78	2,80	0,29	29,24	0,00	0,45	
		Sárgarépafozelék LÉ.	1 077,82	257,85	2,42	4,53	0,55	51,16	15,98	0,67	(12)
		Fasírozott L.É.	920,79	220,29	10,91	15,81	4,58	8,17	0,00	0,81	3
		Összesen:	2 659,65	636,28	17,11	23,14	5,42	88,57	15,98	1,93	
<b>12/8/2022</b> <b>csütörtök</b>	(00080) Lisztérzéke ny	<b>E</b> Húsgombóclevés *LÉ.	754,00	180,38	11,72	7,18	2,10	16,25	0,75	1,02	9,(1)
		Vegyes gyümle.*mir.**L.É.	585,53	140,08	0,77	0,27	0,00	32,43	14,99	0,01	(12)
		Rántott sertésszelet LÉ.	1 314,77	314,54	18,90	15,35	2,82	23,90	0,00	0,52	3
		Összesen:	2 654,30	635,00	31,39	22,80	4,92	72,58	15,74	1,55	
<b>12/9/2022</b> <b>péntek</b>	(00080) Lisztérzéke	<b>E</b> Zöldborsólevés *mir.*L.É.	743,49	177,87	6,79	3,46	0,36	29,35	0,75	0,52	
		Bolognai spagetti L.	1 561,21	373,49	11,63	16,14	4,77	44,99	0,00	0,23	
		Narancs	344,40	82,39	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01	
		Összesen:	2 649,10	633,75	19,62	20,00	5,13	91,34	0,75	0,76	