

**Tételes étlap 2022.12.05. - 2022.12.11.**

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
12/5/2022 hétfő (00070)	Tejmentes	T Harcsapástétom zöldf. 30gr.	335,65	80,30	0,00	0,10	0,00	0,50	0,00	0,02	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		E Csontleves csiga tésztával	339,04	81,11	3,47	1,84	0,09	12,93	0,05	0,22	1,3,9,(6),(7),(8),(12)
		Rizseshús sertéshúsból	2 276,02	544,50	17,17	28,66	11,20	52,46	0,00	0,72	9,(1)
		Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	0,22	(12)
		U Felvágott / érzékenyeknek/ Kenyér érz.	274,40 583,11	65,65 139,50	7,38 4,70	3,89 0,35	1,21 0,00	0,19 28,50	0,00 0,00	0,36 0,01	
		Összesen:	4 303,77	1 029,61	36,72	35,09	12,50	117,88	0,05	1,57	
12/6/2022 kedd (00070)	Tejmentes	T Rizstej	261,97	62,67	0,54	1,43	0,18	11,84	5,99	0,00	
		Kukoricapehely /CORN FLAKES/	618,40	147,94	3,08	0,24	0,00	33,20	0,00	0,00	1
		E Csirke raguleves	882,27	211,07	22,62	4,19	0,59	20,39	0,05	0,86	1,3,(6),(7),(12)
		Mákos metélt Toj.men.tész.	1 445,01	345,69	10,43	9,26	1,72	54,71	6,79	0,00	1
		Narancs	344,40	82,39	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01	
		U Húspástétom T.M. Zsemle érz.	508,73 466,78	121,71 111,67	9,37 3,70	8,89 0,20	2,72 0,00	0,98 22,00	0,00 0,00	0,45 0,02	
		Összesen:	4 527,56	1 083,14	50,94	24,61	5,21	160,12	12,83	1,34	
12/7/2022 szerda (00070)	Tejmentes	T Tepertőkrém **	382,80	91,58	1,21	9,20	0,00	0,02	0,00	0,01	
		Kaliforniai paprika	25,08	6,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02	
		E Burgonyaleves	757,15	181,14	4,71	4,29	0,88	31,30	0,05	0,22	1,7,(6),(8),(12)
		Sárgarépa főzelék TM.	57,47	13,75	0,24	0,33	0,04	2,46	0,79	0,04	1
		Fasirozott	1 821,14	435,68	15,02	36,64	8,19	10,54	0,00	0,38	1,3
		U Felvágott / érzékenyeknek/ Kenyér érz.	274,40 583,11	65,65 139,50	7,38 4,70	3,89 0,35	1,21 0,00	0,19 28,50	0,00 0,00	0,36 0,01	

		Összesen:	4 367,93	1 044,97	37,32	54,99	10,32	95,91	0,84	1,04			
12/8/2022 csütörtök	(00070)	Tejmentes	T Főtt virsli Allergén Mentés	376,20	90,00	9,00	6,50	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Jégcsapretek	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70	0,20	0,00	22,00	0,00	0,02		
			E Májgombóc leves mir.	896,74	214,53	9,14	11,64	0,35	16,93	0,02	0,32	1,3,9,(6),(7),(12)	
			Rántott sertésszelet	680,39	162,77	4,98	13,80	1,94	4,27	0,00	0,08	1,3	
			Vegy.gyüm.már."mir" T.M.	1 087,30	260,12	3,83	1,69	0,22	57,37	23,98	0,01	1	
			U Zöldfűsz. margkrém A. M.	256,55	61,38	0,50	6,06	1,80	1,26	0,00	0,01		
			Kenyér érz.	583,11	139,50	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,01		
			Összesen:	4 347,07	1 039,97	35,85	40,24	4,31	130,33	24,00	0,45		
			12/9/2022 péntek	(00070)	Tejmentes	T Padlizsán krém T.M.	426,57	102,05	1,24	8,81	1,73	4,53	0,00
Kígyóborka	19,65	4,70	0,40			0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
Kenyér érz.	466,48	111,60	3,76			0,28	0,00	22,80	0,00	0,00			
E Zöldborsóleves Toj.m.	497,05	118,91	6,17			1,49	0,12	19,78	0,50	0,52			
Bolognai spagetti T.M.	1 819,53	435,29	18,06			19,21	5,20	47,00	0,00	0,24	1		
Narancs	344,40	82,39	1,20			0,40	0,00	17,00	0,00	0,01			
U Baromfi májas csirkemájjal 30	344,85	82,50	5,16			3,93	1,17	1,97	0,00	0,29	1,(6),(7),(10)		
Zsemle érz.	466,78	111,67	3,70			0,20	0,00	22,00	0,00	0,02			
Összesen:	4 385,31	1 049,11	39,69			34,36	8,22	135,76	0,50	1,30			