



Tételes étlap 2018.10.29. - 2018.11.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2018.10.29. hétfő (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E Tárkonyos pu.raguleves	924,23	221,11	19,76	10,92	2,90	9,32	0,09	2,55		
	Burgonyás tészta	1 549,96	370,81	10,39	8,42	1,03	62,40	0,23	0,33		
	Összesen:	2 474,19	591,92	30,15		3,93	71,72	0,32	2,88		
2018.10.30. kedd (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E Olaszos zöldségleves	585,33	140,03	4,67	4,72	0,55	20,68	0,50	2,65		
	Zúzapörkölt	889,54	212,81	21,11	12,40	3,45	2,96	0,06	2,37		
	Pírtott tarhonya	671,13	160,56	5,03	2,46	0,21	29,39	0,00	1,23		
	Uborka saláta	45,02	10,77	0,90	0,09	0,00	1,57	0,00	0,38		
	Graham kenyér	215,75	51,61	1,40	0,18	0,00	10,93	0,13	0,06		
	Összesen:	2 406,77	575,78	33,11		4,21	65,53	0,69	6,69		
2018.10.31. szerda (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E Paradicsomleves	574,13	137,35	4,13	5,53	0,61	17,56	0,00	2,11		
	Mészáros tokány	1 140,76	253,71	17,22	20,88	7,60	2,72	0,06	2,20		
	Kelkáposztafőzelék	684,86	163,84	6,77	4,27	0,47	24,17	0,00	2,08		
	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	Tkó. kenyér	229,91	54,74	1,87	0,37	0,00	10,86	0,07	0,04		
	Összesen:	2 851,17	662,63	30,39		8,68	67,31	0,13	6,44		





2018.11.01. csütörtök (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Bfi. aprólék leves	722,36	172,81	22,31	3,04	0,71	12,50	0,09	3,49		
		Rántott sertésszelet	929,51	222,37	21,93	11,40	3,09	9,81	0,55	2,68		
		Krokkett	455,87	109,06	1,55	4,62	0,72	15,21	0,00	0,04		
		Befőtt diétás	376,73	90,13	0,78	0,30	0,01	20,16	0,00	0,43		
		Cukrászsütemény diab.	833,50	199,40	2,60	9,35	0,00	24,65	0,00	0,00		
	Összesen:	3 317,97	793,77	49,17		4,53	82,33	0,64	6,64			
2018.11.02. péntek (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Almaleves	373,94	71,54	1,83	2,16	0,87	15,04	0,00	1,59		
		Sült hurka	501,60	120,00	8,75	6,60	5,64	6,06	0,00	0,64		
		Burgonyapüré	950,75	227,45	6,05	0,49	0,06	48,05	0,03	0,94		
	Összesen:	1 826,29	418,99	16,63		6,57	69,15	0,03	3,17			
2018.11.03. szombat (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Burgonyaleves	518,47	124,04	3,14	2,16	0,24	21,79	0,05	2,20		
		Tejfölöshús	1 538,57	348,88	19,17	28,44	9,77	7,12	0,09	2,45		
		Penne tészta	868,72	207,83	7,84	1,30	0,22	40,88	0,25	0,83		
	Összesen:	2 925,76	680,75	30,15		10,23	69,79	0,39	5,48			





2018.11.04. vasárnap (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Tyúkhúsleves	495,43	118,52	8,99	2,79	0,64	13,20	0,06	2,43		
		Töltött káposzta	2 393,99	572,73	38,37	37,34	12,96	18,53	0,09	1,86		
		Graham kenyér	323,62	77,42	2,10	0,27	0,00	16,39	0,20	0,09		
		Puding Diab.	588,75	140,85	3,99	4,71	2,60	20,46	0,00	0,09		
		Összesen:	3 801,79	909,52	53,45		16,20	68,58	0,35	4,47		

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Élelmezésvezet

.....
Tagintézmény-vezet

.....
Dietetikus

