



### Tételes étlap 2019.02.18. - 2019.02.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2019.02.18. hétfő (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E Lebbencsleves	529,20	126,60	4,35	1,18	0,14	22,85	0,12	0,93		
	Temesvári sertéstokány	958,96	214,19	11,56	17,49	5,80	5,19	0,06	0,73		
	Kuszkusz	618,86	148,05	4,69	1,49	0,19	28,04	12,71	0,57		
	Mandarin	274,37	65,64	0,98	0,42	0,00	13,72	0,00	0,00		
	Összesen:	2 381,39	554,48	21,58		6,13	69,80	12,89	2,23		
2019.02.19. kedd (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E Karalábékrémleves	544,03	124,05	3,06	6,23	2,25	15,07	0,75	1,64		
	Sült pulykacomb	760,42	181,90	20,62	10,49	3,25	1,02	0,36	1,62		
	Burgonyapüré sárgarépás	695,17	166,31	4,11	1,73	0,20	32,76	0,00	0,72		
	Befőtt diétás	376,73	90,13	0,78	0,30	0,01	20,16	0,00	0,43		
	Összesen:	2 376,35	562,39	28,57		5,71	69,01	1,11	4,41		
2019.02.20. szerda (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E Csurgatott tojásleves	381,73	91,32	4,95	4,89	1,03	5,78	0,06	0,83		
	Rakott kelkáposzta	1 866,73	408,18	30,34	20,96	7,82	32,31	0,09	1,75		
	Graham kenyér	215,75	51,61	1,40	0,18	0,00	10,93	0,13	0,06		
	Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
	Összesen:	2 815,23	635,09	37,73		8,85	68,38	0,28	2,68		





2019.02.21. csütörtök (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Nyírségi gombóclevés	881,62	190,43	19,29	9,57	3,23	10,76	0,05	2,30		
		Darafelfújt	1 392,16	333,05	12,71	7,75	2,69	52,69	0,00	1,41		
		Csokiöntet	159,85	38,24	1,96	1,58	0,87	3,83	0,95	0,06		
		Összesen:	2 433,63	561,72	33,96		6,79	67,28	1,00	3,77		
2019.02.22. péntek (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Tarhonyaleves	691,99	165,55	4,35	7,49	0,82	18,79	0,06	2,23		
		Rántott csirkecomb	1 215,66	290,83	34,59	12,92	2,53	10,81	0,78	1,33		
		Finomfőzelék	628,24	150,30	5,68	6,82	1,15	15,97	0,02	0,60		
		Graham kenyér	215,75	51,61	1,40	0,18	0,00	10,93	0,13	0,06		
		Kivi	127,28	30,45	0,50	0,30	0,00	5,65	0,00	0,01		
		Összesen:	2 878,92	688,74	46,52		4,50	62,15	0,99	4,23		
2019.02.23. szombat (00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Lencseleves	1 501,50	345,13	29,79	12,49	3,68	32,21	0,38	2,93		
		Túrós tészta	1 187,83	228,10	14,62	8,74	4,53	36,38	0,20	0,32		
		Összesen:	2 689,33	573,23	44,41		8,21	68,59	0,58	3,25		





2019.02.24. vasárnap	(00100) Diab. EBÉD 175 g ch	E	Csirkeaprólék leves	727,09	173,95	22,31	3,05	0,72	12,73	0,09	3,51		
		Körömpörkölt	1 749,14	418,46	21,09	34,34	11,29	5,20	0,03	1,89			
		Főtt burgonya	1 003,41	240,05	6,40	0,51	0,06	51,20	0,00	0,50			
		Csemege uborka	44,88	10,74	0,47	0,08	0,00	2,03	0,00	1,87			
		Cukrászsütemény diab.	833,50	199,40	2,60	9,35	0,00	24,65	0,00	0,00			
		Összesen:	4 358,02	1 042,60	52,87			12,07	95,81	0,12	7,77		

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Élelmezésvezet

.....  
Tagintézmény-vezet

.....  
Dietetikus

