




Tételes étlap 2023.01.30. - 2023.02.05.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/30/2023 hétfő	(00151) Tejmentes diéta	E Bolognai makaróni	1 596.23	381.87	15.57	16.00	4.24	42.93	1.56	0.43		
		Zöldségleves mir.	298.57	71.43	2.12	2.16	0.24	10.54	0.36	0.27		
		Összesen:	1 894.80	453.30	17.69	18.16	4.48	53.47	1.92	0.70		
1/31/2023 kedd	(00151) Tejmentes diéta	E Tökfőzelék *mir.* TM.	651.70	155.91	3.96	4.12	0.40	25.36	2.00	0.16		
		Paradicsom leves	590.53	141.28	3.06	4.29	0.51	20.92	11.59	0.04		
		Sertés pörkölt ovi	942.82	225.55	9.22	19.55	5.09	2.70	0.86	0.76		
Összesen:	2 185.05	522.74	16.24	27.96	6.00	48.98	14.45	0.96				
2/1/2023 szerda	(00151) Tejmentes diéta	E Burgonya, petrezselymes	795.04	190.20	5.04	2.62	0.30	35.88	0.00	0.12		
		Csemege uborka	19.02	4.55	1.05	0.04	0.00	0.60	0.53	0.35		
		Natúr csirkemell	488.02	116.75	15.39	4.36	0.55	3.91	0.00	0.11		
		Pásztor tarhonya leves	598.28	143.13	3.66	3.28	0.40	24.15	0.29	0.13		
Összesen:	1 900.36	454.63	25.14	10.30	1.25	64.54	0.82	0.71				
2/2/2023 csütörtök	(00151) Tejmentes diéta	E Karfiolleves *mir.* TM.	865.74	207.12	7.08	5.36	0.62	33.08	0.09	0.37		
		Főtt virsli	554.27	132.60	6.96	11.16	3.24	1.08	0.00	0.00		
		Sárgarépa-főzelék *mir.* TM.	1 083.57	259.22	7.08	5.94	0.67	43.76	4.19	0.74		
		Összesen:	2 503.58	598.94	21.12	22.46	4.53	77.92	4.28	1.11		





<b>2/3/2023</b> <b>péntek</b> (00151) Tejmentes diéta	<b>E</b>	Sütőtök krémleves TM	526.34	125.92	2.66	4.57	0.91	18.52	3.00	0.16		
		Sült csirkecomb ovi	925.28	221.36	29.35	10.97	2.24	1.09	0.00	0.53		
		Párolt vegyes zöldköret	641.52	153.48	8.53	0.65	0.00	27.00	0.00	0.00		
		Összesen:	2 093.14	500.76	40.54	16.19	3.15	46.61	3.00	0.69		

.....  
Diétás szakács

.....  
Ellenőrizte

