



Tételes étlap 2025.09.01. - 2025.09.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2025 hétfő (00501) Idős 3x	T Citromos tea	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00		
	Kenőmájaskrém	141.26	33.74	0.12	3.67	1.02	0.03	0.00	0.06		
	Graham kenyér	799.21	191.20	6.80	10.40	0.45	33.77	3.04	1.10		
	Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		
	E Reszelttészta leves	191.46	45.80	1.84	1.32	0.11	6.34	0.00	0.03		
	Fokhagymás aprópecsenye	1 090.49	260.48	14.94	19.68	6.89	5.68	0.00	0.28		
	Zöldborsófőzelék	1 247.94	298.37	19.18	3.19	0.86	47.50	0.00	0.14		
	Kenyér**	431.37	103.20	3.50	0.37	0.12	21.28	1.40	0.60		
	U halkrém házi	424.15	101.37	1.64	10.38	2.50	0.31	0.00	0.11		
	Graham kenyér	799.21	191.20	6.80	10.40	0.45	33.77	3.04	1.10		
Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00			
	Összesen:	5 256.61	1 256.81	56.58	59.73	12.40	154.00	8.98	3.42		
9/2/2025 kedd (00501) Idős 3x	T Karamellás tej	1 028.16	245.73	10.20	4.50	2.44	40.88	24.98	0.40		
	Túrókrém mazsolás	291.58	69.68	5.04	2.65	1.45	6.30	4.00	0.01		
	Graham kenyér	799.21	191.20	6.80	10.40	0.45	33.77	3.04	1.10		
	E Karfiolleves	154.81	37.03	2.16	1.04	0.11	4.64	0.00	0.29		





9/2/2025 kedd	(00501) ldős 3x	E	Babérlev.-tejfölös pu.tokány	868.42	207.46	18.43	10.83	3.83	8.77	0.00	0.28		
			Párolt rizsköret	1 193.27	285.47	6.40	1.17	0.15	62.00	0.00	0.50		
		U	Felvágott(Zala, Kópé)**	819.50	195.73	12.48	15.92	5.82	0.48	0.00	2.00		
			Margarin (szendvics)	14.79	3.54	0.00	0.40	0.12	0.00	0.00	0.00		
			Jégsaláta	5.96	1.42	0.10	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00		
			Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57		
	Összesen:	5 597.35	1 338.13	65.17	47.25	14.51	178.90	33.86	5.15				
9/3/2025 szerda	(00501) ldős 3x	T	gyümölcstea	154.76	37.02	0.00	0.00	0.00	9.21	8.40	0.00		
			Sertés párizsi Kométa am.	712.99	170.29	9.52	14.56	5.50	0.16	0.00	0.00		
			Margarin (szendvics)	14.79	3.54	0.00	0.40	0.12	0.00	0.00	0.00		
			Graham kenyér	799.21	191.20	6.80	10.40	0.45	33.77	3.04	1.10		
			Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		
		E	Burgonyaleves magyaros!	517.64	123.79	3.45	0.98	0.14	24.74	0.00	0.03		
			Milánói makaróni	2 646.75	632.27	28.70	28.38	11.13	64.97	7.40	4.61		
			Szilva	129.54	30.99	0.64	0.80	0.00	4.80	0.00	0.00		
		U	Kockasajt db**18%	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	- 1.00		
			Hagymás stangli	1 049.00	250.96	8.12	3.00	1.21	49.32	2.02	1.44		
	Összesen:	6 090.20	1 455.73	58.19	58.76	18.55	189.37	20.86	6.18				





9/4/2025 csütörtök	(00501) Idős 3x	T	Tej !	608.58	145.36	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40			
			Tojáskrém házi	417.78	99.79	2.85	9.50	2.53	0.61	0.12	0.17			
			Paradicsom**	73.24	17.52	0.80	0.16	0.03	3.20	0.00	0.00			
			Graham kenyér	799.21	191.20	6.80	10.40	0.45	33.77	3.04	1.10			
		E	Húsleves*	82.83	19.81	0.71	0.14	0.02	3.73	0.00	0.29			
			Főtt sertéshús	1 202.46	287.20	17.50	23.90	8.52	0.30	0.00	0.17			
			Burgonya sós féladag	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.29			
			Gyümölcs szósz	1 133.48	271.00	5.04	3.61	1.94	53.77	27.63	0.16			
			Összesen:	4 905.50	1 172.53	47.65	52.51	15.97	141.28	30.79	2.58			
9/5/2025 péntek	(00501) Idős 3x	T	Tejeskávé !	626.67	149.76	6.82	3.00	1.63	23.74	12.99	0.27			
			sonkakrém házi	321.16	76.73	1.62	7.68	2.15	0.21	0.09	0.30			
			Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00			
			Graham kenyér	799.21	191.20	6.80	10.40	0.45	33.77	3.04	1.10			
		E	Paradicsom leves	512.09	122.47	3.14	1.20	0.14	24.58	9.99	0.30			
			Tarhonyáshús	2 543.00	592.60	26.40	26.02	7.24	66.38	0.00	0.64			
			Svanyú	47.66	11.40	0.97	0.09	0.03	1.64	0.00	2.98			
		U	Kenyér**	862.75	206.40	7.00	0.75	0.24	42.56	2.80	1.21			
	Gyümölcslekvár	517.03	123.69	0.50	0.00	0.00	30.00	30.00	0.05					





15/2021	00501	U	Alma**	145.41	30.95	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.00	
			Összesen:	6 414.29	1 514.60	54.45	49.62	11.88	231.24	58.91	6.85	

