



Tételes étlap 2019.06.03. - 2019.06.09.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2019.06.03. hétfő	(00001) Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7	
			Vaj	336,84	80,58	0,34	8,00	0,00	1,70	0,00	0,00	7	
			Soproni felvágott	200,84	48,05	6,36	6,30	0,86	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
		E	Zellerkrémleves	465,10	69,31	2,42	6,12	2,26	11,18	0,01	0,44	1,7,9	
			Bulguros hús	1 923,23	460,10	25,60	17,20	3,57	54,05	0,02	0,22	1	
			Csemege uborka	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	10	
		U	Hamé tonhal pástétom	268,80	64,31	1,24	6,54	0,00	0,34	0,00	0,00	4	
			Rozsos kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,07	1,6,(7)	
			Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	Összesen:	3 522,44	800,73	44,22		7,61	78,41	4,63	2,09				
2019.06.04. kedd	(00001) Iskola	T	Kakaó	230,16	55,06	4,00	0,40	0,27	8,80	0,00	0,45	6,7,15	
			Vajkrém	298,00	71,29	0,50	7,40	0,00	1,04	0,00	0,18	7	
			Rozsos kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,07	1,6,(7)	
			Sárgarépa	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
		E	Gulyásleves	1 094,01	261,72	17,50	7,09	2,03	31,16	0,01	0,16	1,3	
			Tejberizs kakaóval	1 079,91	258,35	7,80	3,49	1,28	48,45	12,49	0,23	7,15,(12)	
		U	Zala felvágott	267,37	63,96	3,57	5,40	2,06	0,06	0,00	0,68	6,(10)	
			Margarin	185,00	44,26	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,10	7	
			Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
			Összesen:	3 293,17	787,83	34,53		5,67	96,22	12,50	2,02		
2019.06.05. szerda	(00001) Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7	
			Gépsonka	196,43	46,99	6,78	1,64	0,73	0,12	0,00	0,33	6	
			Zsemle teljes kiőrlésű	210,72	50,41	2,14	0,31	0,03	9,71	0,00	1,44	1	
		E	Palócleves	1 118,53	215,14	12,02	10,63	3,09	25,91	0,01	0,26	1,7	





2019.06.0	(00001)	Iskola	E	Káposztás kocka	1 612,40	385,74	11,16	8,78	0,88	64,68	5,00	0,05	1,3	
			U	Sonkás croissant	651,68	155,90	6,97	2,52	0,62	25,83	1,60	0,09	1,3,6,7,(12)	
				Összesen:	3 975,77	898,68	45,87		6,25	130,85	11,21	2,27		
2019.06.06. csütörtök	(00001)	Iskola	T	Kakaó	230,16	55,06	4,00	0,40	0,27	8,80	0,00	0,45	6,7,15	
				Margarin	185,00	44,26	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,10	7	
				Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
				Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
			E	Csontleves	360,54	86,25	3,95	1,64	0,00	13,96	0,04	0,35	1,3	
				Sült párizsi	729,12	174,43	8,33	15,52	5,13	0,14	0,00	1,59	(1),(6),(7),(10)	
				Burgonya főzelék	1 186,03	231,29	7,03	7,10	2,80	46,84	0,04	0,06	1,7	
				Félbarna kenyér	269,74	64,22	1,97	0,18	0,00	13,68	0,00	0,04	1,(6)	
			U	Többszemű kenyér	25,83	6,15	0,24	0,04	0,00	1,20	0,00	0,05	1,(6),(11)	
				Bécsi felvágott	267,37	63,96	3,57	5,46	2,06	0,06	0,00	0,68	(1),(6),(7),(10)	
				Összesen:	3 325,40	742,75	29,79		10,28	88,02	0,08	3,38		
2019.06.07. péntek	(00001)	Iskola	T	Tej	186,01	44,50	6,80	1,50	0,90	4,60	4,60	0,10	7	
				Mazsolás felvert	597,99	143,06	3,89	3,49	0,49	23,71	10,65	0,11	1,3,(6),(7),(8),(12)	
			E	Karfiollevés tejfölös	491,15	65,05	3,29	7,95	2,90	8,08	0,01	0,39	1,3,7	
				Budapest szelet	1 230,29	294,33	23,43	19,07	3,94	6,82	0,01	0,54	1	
				Párolt rizs	1 477,25	353,41	6,42	8,60	1,00	62,17	0,00	0,01		
			U	Turista felvágott	200,84	47,82	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7),(10)	
				Margarin	185,00	44,26	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,10	7	
				Teljes kiőrlésű kenyér	44,14	10,56	0,40	0,04	0,01	2,14	0,00	0,06	1,(6),(7)	
				Karalábé	48,12	11,51	0,63	0,06	0,01	2,07	0,00	0,04		
				Összesen:	4 460,79	1 014,50	51,22		10,11	109,65	15,27	1,35		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ! Diétás étkezést nem tudunk biztosítani !
 Diétás étkezés : Soproni Gyógyközpont
 Nagy Barnabásné Élelmészvezető

