

Delirest

Heti étlap 2025.04.07. - 2025.04.11.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|------------|-----------------------------------|--|-----------|------------|---|------------------|------------------|---|---------|------------|---|------------------|------------------|---|---------|-----------|
| Ebéd | (00010) "A" MENÜ ALSÓ | Fejtett bablevés(3,9,1,7), Zöldséges rizottó, Párolt rizsköret, Reszelt trappista sajt(7) | | | Paradicsom leves(9,1), Tepsis burgonya, Zöldborsós sertésragu(1), Csemege uborka(10, 15) | | | Sajtkrém leves (1,7), Pírtott hagyma, Tejfölös gombás sertésragu(1,7), Tészta köret(1) | | | Erőleves tésztával (3,9,1,7), Főtt virsli, Zöldbabfőzelék (1,7) | | | Gulyásleves(3,9,1), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Piskótakocka(3,1), Csokoládé öntet(7) | | |
| | | Energia: 672.35 Kcal / 2,810.42 KJ | | | Energia: 744.06 Kcal / 3,110.17 KJ | | | Energia: 823.54 Kcal / 3,442.40 KJ | | | Energia: 373.58 Kcal / 1,561.56 KJ | | | Energia: 769.40 Kcal / 3,216.09 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav |
| | | 25.07 g | 18.10 g | 1.88 g | 23.48 g | 36.70 g | 5.96 g | 30.06 g | 48.62 g | 9.84 g | 18.64 g | 18.86 g | 2.69 g | 26.51 g | 23.54 g | 5.18 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | 105.05 g | 0.10 g | 3.51 g | 75.26 g | 13.51 g | 2.40 g | 68.50 g | 0.10 g | 1.16 g | 35.97 g | 0.00 g | 0.18 g | 110.91 g | 41.87 g | 1.20 g | |
| | 1,3,7,9 | | | 1,9,10,15 | | | 1,7,(3),(6),(12) | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7,9,(6),(11) | | | |
| | (00570) "A" MENÜ FELSŐ | Fejtett bablevés(3,9,1,7), Zöldséges rizottó, Párolt rizsköret, Reszelt trappista sajt(7) | | | Paradicsom leves(9,1), Tepsis burgonya, Zöldborsós sertésragu(1), Csemege uborka(10, 15) | | | Sajtkrém leves (1,7), Pírtott hagyma, Tejfölös gombás sertésragu(1,7), Tészta köret(1) | | | Erőleves tésztával (3,9,1,7), Főtt virsli, Zöldbabfőzelék(1,7) | | | Gulyásleves(3,9,1), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Piskótakocka(3,1), Csokoládé öntet(7) | | |
| | | Energia: 690.77 Kcal / 2,887.42 KJ | | | Energia: 824.46 Kcal / 3,446.24 KJ | | | Energia: 886.94 Kcal / 3,707.41 KJ | | | Energia: 412.43 Kcal / 1,723.96 KJ | | | Energia: 895.49 Kcal / 3,743.15 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav | Fehérje | Zsír | T.Zsírsav |
| 26.31 g | | 15.18 g | 1.88 g | 26.56 g | 40.72 g | 6.81 g | 33.93 g | 50.61 g | 10.75 g | 20.00 g | 20.10 g | 2.69 g | 29.83 g | 29.50 g | 6.21 g | |
| Szénhidrát | | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | |
| 114.88 g | 0.10 g | 2.62 g | 82.71 g | 14.01 g | 2.86 g | 76.40 g | 0.10 g | 1.18 g | 41.33 g | 0.00 g | 0.19 g | 125.59 g | 48.70 g | 1.40 g | | |
| 1,3,7,9 | | | 1,9,10,15 | | | 1,7,(3),(6),(12) | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7,9,(6),(11) | | | | |

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delirest

Heti étlap 2025.04.07. - 2025.04.11.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|----------------|----------------------------------|--|---------|----------|---|------------------------|----------|---|--------------|----------|---|----------------|----------|---|---------|----------|
| Tízórai | (00010) "A" MENÜ ALSÓ | Gyümölcsstea, Vajkrém magyaros (7), Lilahagyma tisztított, Teljes kiőrlésű kenyér(1) | | | Kakaó(7), Margarin , Kakaós kalács(3, 1, 7) | | | Tej(7), Tojáskrém (10,3,7), Teljes kiőrlésű kenyér(1) | | | Házi gyümölcsös joghurtGY(7), Kifli(1) | | | Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin , Teljes kiőrlésű kenyér(1) | | |
| | | Energia: 220.99 Kcal / 923.74 KJ | | | Energia: 242.14 Kcal / 1,012.15 KJ | | | Energia: 248.14 Kcal / 1,037.23 KJ | | | Energia: 240.84 Kcal / 1,006.71 KJ | | | Energia: 183.98 Kcal / 769.04 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 4.41 g | 7.99 g | 0.48 g | 10.33 g | 13.28 g | 3.36 g | 13.76 g | 10.55 g | 4.23 g | 10.56 g | 5.49 g | 3.06 g | 6.63 g | 10.68 g | 2.75 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 32.53 g | 10.41 g | 0.43 g | 35.16 g | 9.90 g | 0.26 g | 30.91 g | 0.25 g | 0.89 g | 36.20 g | 4.08 g | 0.68 g | 30.41 g | 9.99 g | 0.44 g | | |
| 1,7,(6),(11) | | | 1,3,7 | | | 1,3,7,10,(6),(11),(12) | | | 1,7 | | | 1,(6),(7),(11) | | | | |
| Uzsonna | (00010) "A" MENÜ ALSÓ | Zala felvágott, Margarin , Zsemle(1) | | | Teljes kiőrlésű zsemle(1), Margarin , Gépsonka(6), Jégretek | | | Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka(10, 15), Zsemle(1) | | | Teljes kiőrlésű kenyér(1), Tavaszai túrókrém(7) | | | Kockasajt(7), Sárgarépa, Kifli(1) | | |
| | | Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ | | | Energia: 176.97 Kcal / 739.73 KJ | | | Energia: 243.35 Kcal / 1,017.20 KJ | | | Energia: 141.23 Kcal / 590.34 KJ | | | Energia: 183.29 Kcal / 766.15 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 8.22 g | 11.36 g | 3.50 g | 9.54 g | 8.94 g | 2.39 g | 9.22 g | 15.98 g | 5.64 g | 9.31 g | 2.80 g | 0.80 g | 7.14 g | 3.39 g | 1.97 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 30.94 g | 0.00 g | 0.10 g | 31.16 g | 0.00 g | 0.25 g | 32.55 g | 1.34 g | 0.05 g | 21.11 g | 0.74 g | 0.46 g | 31.06 g | 0.40 g | 0.73 g | | |
| 1,(7) | | | 1,6,(7) | | | 1,10,15,(7) | | | 1,7,(6),(11) | | | 1,7 | | | | |

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte