

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00151) Tejmentes diéta 15-18	Rizs tej , Tejberizs rizstejből(1,12), Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Minimargarin 10gr(7), Kárpáti szalámi , Uborka, Paradicsom	Karamellás tej rizstejből, Glut.m.Meggyes pite 65gr [3], Gabonapehely telj.kiörl.(5,7,8,11)	Gyümölcstea , Májpástétom TM.(1,7), Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Zöldpaprika, Paradicsom, Gyümölcsszelet Raw Bar 35gr	Rizs tej , Glut.mentes pizzás csiga 85gr, Gabonapehely telj.kiörl. (5,7,8,11)	Citromos tea , Halkrém tejmentes[4,10,(12)], Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Uborka, Póréhagyma, Müzli szelet
		Energia: 1 326,88 Kcal / 5 546,36 KJ	Energia: 213,66 Kcal / 893,10 KJ	Energia: 908,01 Kcal / 3 795,48 KJ	Energia: 157,32 Kcal / 657,60 KJ	Energia: 441,91 Kcal / 1 847,18 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18,76 g 56,07 g 10,19 g	1,43 g 3,83 g 0,72 g	27,21 g 41,53 g 20,18 g	1,54 g 4,05 g 1,27 g	15,18 g 5,78 g 0,96 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		183,00 g 51,03 g 1,90 g	43,01 g 27,50 g 0,02 g	101,86 g 53,74 g 3,69 g	28,13 g 12,25 g 0,11 g	79,76 g 16,74 g 0,85 g
		1,(3),(5),(6),(7),(8),(11), (12)	3,(5),(7),(8),(11)	1,(3),(5),(6),(7),(8),(11)	(5),(7),(8),(11)	1,4,10,(3),(5),(6),(7),(8), (11),(12)
	(00155) Gluténmentes diéta 15-18	Rizs tej , Tejberizs rizstejből(1,12), Glutén mentes kenyér, Minimargarin 10gr(7), Kárpáti szalámi , Uborka, Paradicsom	Karamellás tej rizstejből, Glut.m.Meggyes pite 65gr [3], Rizsszelet	Gyümölcstea , Májpástétom TM.(1,7), Glutén mentes kenyér, Zöldpaprika, Paradicsom, Gyümölcsszelet Raw Bar 35gr	Rizs tej , Glut.mentes pizzás csiga 85gr, Abonett gluténmentes[3,6, (7)]	Citromos tea , Halkrém tejmentes[4,10,(12)], Glutén mentes kenyér, Uborka, Póréhagyma, Rizsszelet
		Energia: 1 204,47 Kcal / 5 034,68 KJ	Energia: 213,90 Kcal / 894,10 KJ	Energia: 917,38 Kcal / 3 834,65 KJ	Energia: 163,64 Kcal / 684,02 KJ	Energia: 316,36 Kcal / 1 322,38 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,47 g 41,65 g 6,24 g	1,40 g 3,78 g 0,70 g	22,71 g 40,68 g 19,89 g	2,11 g 4,08 g 1,26 g	7,21 g 3,74 g 0,67 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		188,10 g 51,40 g 1,34 g	43,35 g 27,32 g 0,01 g	112,21 g 54,49 g 2,97 g	29,14 g 12,11 g 0,14 g	62,71 g 17,49 g 0,13 g
		(1),(7),(12)	3	(1),(7)	3,6,(7)	4,10,(12)
	(00484) Gyermekek (15-18 év)	Tej 3dl [7], Glut.m.Rizskása étcsokis [6,7], Glut.m.Rizskása áfonya[6,7], Kenyér Teljes kiőrlésű[1,(3,5,6,7,8,11)], Szendvicskrém Tihany 20gr[4,7,(1)], Kárpáti szalámi , Uborka, Paradicsom	Karamellás tej [7], Túrós táskák db[1,3,7], Gabonapehely telj.kiörl. (5,7,8,11)	Gyümölcstea , Májpástétom , Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Zöldpaprika, Paradicsom, Túrós Rudi	Tej 3dl [7], Búrkifli mákos 120gr/db, Gabonapehely telj.kiörl.(5,7,8,11)	Citromos tea , Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Halkrém [4,7,10,(1,12)], Uborka, Póréhagyma, Kefir poharas [7]
		Energia: 683,73 Kcal / 2 857,99 KJ	Energia: 313,72 Kcal / 1 311,35 KJ	Energia: 535,31 Kcal / 2 237,60 KJ	Energia: 153,01 Kcal / 639,58 KJ	Energia: 452,29 Kcal / 1 890,57 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,01 g 47,27 g 19,68 g	18,96 g 9,36 g 2,46 g	26,99 g 20,16 g 2,95 g	10,36 g 4,56 g 2,46 g	21,57 g 12,72 g 6,57 g



Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39,35 g	1,94 g	2,34 g	73,65 g	15,17 g	0,41 g	58,09 g	11,74 g	1,00 g	17,36 g	0,18 g	0,41 g	60,12 g	16,74 g	1,60 g
1,4,6,7,(3),(5),(8),(11)			1,3,7,(5),(8),(11)			1,(3),(5),(6),(7),(8),(11)			7,(5),(8),(11)			1,4,7,10,(3),(5),(6),(8),(11),(12)		
Lencsegulyás[1,3,9], Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Krumplis tészta[1], Csemege uborka			Paradicsomleves[1,3,9], Rakott zöldbab tejmentes [1,3], Szilva			Tojásleves[1,3,9], Vadas marhatokány tejm.[1,10, (12)], Spagetti[1,(3)], Glut.m.Meggyes pite 65gr [3]			Zöldségleves [1,9], Sült kolbász, Szárazbab főzelék tejm.[1,9], Rozsos kenyér[1,(3,6,7,8,11)]			Brokkolikrémleves tejm. [1,3,9], Mandula[8], Párolt sertésszelet[9,(1)], Párolt rizs, Párolt zöldségek[9, (1)]		
Energia: 967,73 Kcal / 4 045,11 KJ			Energia: 750,83 Kcal / 3 138,47 KJ			Energia: 913,12 Kcal / 3 816,84 KJ			Energia: 1 129,05 Kcal / 4 719,43 KJ			Energia: 975,87 Kcal / 4 079,14 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
46,79 g	25,71 g	4,59 g	35,31 g	23,50 g	4,82 g	32,52 g	50,99 g	11,87 g	56,97 g	50,10 g	16,19 g	40,04 g	37,73 g	5,87 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
134,59 g	0,98 g	0,82 g	97,15 g	10,03 g	0,96 g	77,16 g	2,99 g	1,34 g	110,89 g	1,67 g	3,36 g	117,81 g	4,43 g	3,70 g
1,3,9,(5),(6),(7),(8),(11)			1,3,9			1,3,9,10,(12)			1,9,(3),(6),(7),(8),(11)			1,3,8,9		
Lencsegulyás gluténmentes[3], Glutén mentes kenyér, Krumplis tészta gluténmentes, Csemege uborka			Paradicsomleves gluténmentes[9,(1)], Rakott zöldbab glutén/tejm.[3], Szilva			Tojásleves gluténmentes [3,9,(1)], Vadas marhatokány glutm./tejm. [10,(12)], Tésztaköret gluténmentes, Glut.m.Meggyes pite 65gr [3]			Zöldségleves gluténmentes[9,(1)], Sült kolbász, Szárazbab főzelék glut/tejm.[9,(1)], Glutén mentes kenyér			Brokkolikrémleves glutn./tejm.[9,(1)], Mandula[8], Párolt sertésszelet[9,(1)], Párolt rizs, Párolt zöldségek[9, (1)]		
Energia: 1 006,85 Kcal / 4 208,63 KJ			Energia: 699,55 Kcal / 2 924,12 KJ			Energia: 866,98 Kcal / 3 623,98 KJ			Energia: 1 059,03 Kcal / 4 426,75 KJ			Energia: 863,51 Kcal / 3 609,47 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
35,01 g	33,77 g	5,46 g	32,17 g	23,11 g	4,70 g	23,22 g	45,60 g	11,03 g	51,04 g	49,32 g	15,81 g	33,99 g	35,52 g	5,61 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
138,65 g	1,28 g	1,25 g	88,41 g	10,20 g	0,89 g	89,71 g	4,00 g	0,78 g	101,16 g	3,29 g	3,38 g	100,87 g	5,29 g	3,57 g
3			3,9,(1)			3,9,10,(1),(12)			9,(1)			8,9,(1)		
Lencsegulyás[1,3,9], Kenyér Teljes kiőrlésű[1, (3,5,6,7,8,11)], Sajtos- tejfölös tészta[1,7,(3)]			Paradicsomleves[1,3,9], Rakott zöldbab[1,3,7], Szilva			Tojásleves[1,3,9], Vadas marhatokány[1,7,10,(12)], Spagetti[1,(3)], Mákos rétes, mirelit[1,7]			Zöldségleves [1,9], Szárazbab főzelék[1,7,9], Sült kolbász, Rozsos kenyér[1,(3,6,7,8,11)]			Brokkolikrémleves [1,7,9], Mandula[8], Rántott gomba, Párolt rizs, Fokhagymás tejföl[7]		
Energia: 964,35 Kcal / 4 030,98 KJ			Energia: 754,70 Kcal / 3 154,65 KJ			Energia: 850,51 Kcal / 3 555,13 KJ			Energia: 1 154,75 Kcal / 4 826,86 KJ			Energia: 765,04 Kcal / 3 197,87 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
51,66 g	35,18 g	12,19 g	28,86 g	25,81 g	6,76 g	42,56 g	38,41 g	6,96 g	57,54 g	52,30 g	17,42 g	23,20 g	31,21 g	7,96 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
105,35 g	4,52 g	1,30 g	99,29 g	12,21 g	0,88 g	79,62 g	5,61 g	1,23 g	111,77 g	2,53 g	3,37 g	96,94 g	4,15 g	1,90 g
1,3,7,9,(5),(6),(8),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,7,9,(3),(6),(8),(11)			1,7,8,9		

Ebéd



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Vacsora	(00151) Tejmentes diéta 15-18	Lecsós csirke(1), Bulgur [1,9], Glut.m.kakaós-meggyes muffin 35gr [3,12]	Főtt virsli[10,(1,6,7,12)], Buzakorpás zsemle, Ketchup(1), Mustár [10,(12)], Banán	Mákos metélt [1], Körte	Roston csirkemell, Zöldséges rizs[9,(1)], Szilva	
		Energia: 714,15 Kcal / 2 985,15 KJ	Energia: 703,01 Kcal / 2 938,58 KJ	Energia: 523,01 Kcal / 2 186,18 KJ	Energia: 513,43 Kcal / 2 146,14 KJ	Energia: Kcal / 0,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		36,78 g 36,69 g 8,02 g	26,76 g 24,42 g 5,14 g	15,58 g 14,66 g 2,45 g	35,66 g 12,09 g 1,53 g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		62,42 g 2,22 g 1,08 g	92,47 g 8,40 g 4,97 g	81,58 g 5,00 g 0,01 g	63,66 g 0,92 g 0,96 g	g g g
		1,3,9,12	10,(1),(6),(7),(12)	1	9,(1)	1,4,10,(3),(5),(6),(7),(8),(11),(12)
	(00155) Gluténmentes diéta 15-18	Lecsós csirke(1), Párolt rizs, Glut.m.kakaós-meggyes muffin 35gr [3,12]	Főtt virsli[10,(1,6,7,12)], zsemle gluténmentes, Ketchup(1), Mustár [10,(12)], Banán	Mákos metélt gluténmentes, Körte	Roston csirkemell, Zöldséges rizs[9,(1)], Szilva	
		Energia: 795,07 Kcal / 3 323,39 KJ	Energia: 606,55 Kcal / 2 535,38 KJ	Energia: 590,13 Kcal / 2 466,74 KJ	Energia: 513,43 Kcal / 2 146,14 KJ	Energia: Kcal / 0,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		36,15 g 33,27 g 7,59 g	24,01 g 21,71 g 5,03 g	5,00 g 15,85 g 2,68 g	35,66 g 12,09 g 1,53 g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		86,66 g 2,13 g 1,21 g	77,26 g 7,00 g 4,57 g	106,17 g 14,99 g 0,01 g	63,66 g 0,92 g 0,96 g	g g g
		3,12,(1)	10,(1),(6),(7),(12)		9,(1)	1,4,10,(3),(5),(6),(7),(8),(11),(12)
	(00484) Gyermekek (15-18 év)	Lecsós csirke(1), Bulgur [1,9], Amerikai palacsinta 3db[1,3,7,15]	Hot-dog[1,10,(6,7,12)], Banán	Máglyarakás [1,3,7,8,(12)], Körte	Húsos palacsinta rántva 2db[1,3,7,(6,9,10,11)], Zöldséges rizs[9,(1)], Tartár mártás [3,7,10,(1,12)], Szilva	
		Energia: 699,11 Kcal / 2 922,28 KJ	Energia: 764,14 Kcal / 3 194,11 KJ	Energia: 580,24 Kcal / 2 425,40 KJ	Energia: 593,33 Kcal / 2 480,12 KJ	Energia: Kcal / 0,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		36,91 g 35,29 g 7,87 g	23,73 g 20,13 g 3,76 g	13,49 g 19,48 g 5,56 g	8,95 g 28,13 g 4,91 g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		61,79 g 1,03 g 1,13 g	122,38 g 4,26 g 4,10 g	86,94 g 38,46 g 0,55 g	73,77 g 5,33 g 0,75 g	g g g
		1,3,7,9,15	1,10,(6),(7),(12)	1,3,7,8,(12)	1,3,7,9,10,(6),(11),(12)	1,4,10,(3),(5),(6),(7),(8),(11),(12)

Az étlapváltozás jogát fenntarjuk !Diétás étkezést nem tudunk biztosítani !
A Soproni Erzsébet Kórházból van lehetőség diétás étkezés igénybevételre !

