








Tételes étlap 2024.09.30. - 2024.10.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/30/2024 hétfő	(00050) Epekímélő	E Májgombóclevés	892.08	213.42	9.88	7.14	4.38	26.41	1.49	1.46		
		Sárgarépás sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	0.60		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
		Összesen:	3 495.07	836.14	46.76	24.34	8.55	105.60	1.49	2.74		
	(00080) Májkímélő	E Májgombóclevés	892.08	213.42	9.88	7.14	4.38	26.41	1.49	1.46		
		Sárgarépás sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	0.60		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
		Összesen:	3 495.07	836.14	46.76	24.34	8.55	105.60	1.49	2.74		
	(00101) Diab. 180g	E Májgombóclevés	892.08	213.42	9.88	7.14	4.38	26.41	1.49	1.46		
		Eszterházy sertéstokány	1 020.75	244.20	22.77	13.23	4.26	8.13	0.00	0.54		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
		Összesen:	3 623.25	866.81	47.65	26.55	9.58	107.44	1.49	2.68		
(00158) Gluténmentes 19-69	E Májgombóclevés	604.47	144.61	10.56	1.75	0.60	21.37	0.01	0.21			
	Eszterházy sertéstokány	1 124.45	269.01	20.21	15.54	4.69	11.67	0.00	0.82			
	Tészta köret	1 323.25	316.57	9.80	4.28	0.57	57.90	0.00	1.58			
	Összesen:	3 052.17	730.19	40.57	21.57	5.86	90.94	0.01	2.61			





9/30/2024 hétfő (00430) Laktózmentes 19-69	E	Márgombóclevés	531.83	127.23	10.54	1.75	0.60	17.08	0.01	0.21	 	
		Eszterházy sertéstokány	1 183.24	283.07	23.47	15.64	4.54	11.68	0.00	0.84	  	
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68	 	
		Összesen:	3 425.49	819.49	49.01	23.57	6.08	101.66	0.01	1.73		





10/1/2024 kedd	(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	427.33	102.23	3.87	3.40	0.41	13.84	0.05	0.17		
			Tökfőzelék	1 087.08	260.07	6.24	12.04	3.01	31.20	0.04	0.09		
			Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07		
			Összesen:	2 964.32	709.17	37.27	26.82	6.81	78.57	0.09	1.33		
	(00080) Májkimélő	E	Tavaszi zöldségleves	395.23	94.55	3.57	3.34	0.40	12.38	0.05	0.16		
			Tökfőzelék	1 087.08	260.07	6.24	12.04	3.01	31.20	0.04	0.09		
			Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07		
			Összesen:	2 932.22	701.49	36.97	26.76	6.80	77.11	0.09	1.32		
	(00101) Diab. 180g	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Sárgaborsó főzelék	1 541.81	368.85	18.21	11.58	3.09	47.52	0.00	0.25		
			Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
		Összesen:	3 290.24	787.13	48.20	26.48	6.73	88.00	0.05	1.98			





10/1/2024 kedd												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	392.23	93.83	3.35	3.30	0.39	12.46	0.12	0.15		
		Sárgaborsó főzelék	1 726.46	413.03	18.67	11.28	2.91	58.72	0.00	0.14		
		Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
		Kukorica abonett	180.04	43.08	1.62	0.28	0.02	8.46	0.00	0.02		
		Összesen:	3 090.42	739.34	44.80	25.76	6.53	81.07	0.12	1.31		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
		Sárgaborsó főzelék	1 559.42	373.07	18.12	11.89	3.78	47.96	0.00	0.14		
		Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		Összesen:	3 307.85	791.35	48.11	26.79	7.42	88.44	0.05	1.87		





10/2/2024 szerda	(00050) Epekímélő	E	Daragaluska leves	739.20	176.84	5.51	6.92	1.00	22.78	0.00	0.15				
			Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	0.40	0.00	0.60				
			Tört burgonya	1 623.70	388.45	7.00	14.48	1.66	56.00	0.00	0.03				
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
			Összesen:	3 261.56	780.28	34.11	34.24	6.08	81.78	0.00	1.28				
		(00080) Májkímélő	E	Daragaluska leves	739.20	176.84	5.51	6.92	1.00	22.78	0.00	0.15			
			Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	0.40	0.00	0.60				
			Tört burgonya	1 623.70	388.45	7.00	14.48	1.66	56.00	0.00	0.03				
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
			Összesen:	3 261.56	780.28	34.11	34.24	6.08	81.78	0.00	1.28				
		(00101) Diab. 180g	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14			
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60				
			Hagymás tört burgonya	1 188.37	284.30	6.49	5.16	0.59	51.66	0.00	0.23				
			Párolt káposzta 1/2 adag	354.12	84.72	2.09	4.91	0.56	7.60	0.00	1.52				
			Összesen:	2 932.31	701.51	34.35	26.66	5.16	78.76	0.00	2.49				





10/2/2024 szerda												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tarhonyaleves	789.36	188.84	5.26	5.91	1.30	28.12	0.00	0.58		
		Sertéssült	876.20	209.62	21.00	13.67	3.52	0.40	0.00	0.60		
		Párolt káposzta	421.25	100.78	2.09	4.91	0.56	11.60	4.00	1.52		
		Hagymás tört burgonya	1 188.37	284.30	6.49	5.16	0.59	51.66	0.00	0.23		
		Összesen:	3 275.18	783.54	34.84	29.65	5.97	91.78	4.00	2.93		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Párolt káposzta	421.25	100.78	2.09	4.91	0.56	11.60	4.00	1.52		
		Hagymás tört burgonya	1 188.37	284.30	6.49	5.16	0.59	51.66	0.00	0.23		
		Összesen:	2 999.44	717.57	34.35	26.66	5.16	82.76	4.00	2.49		





		10/3/2024 csütörtök										
10/3/2024 csütörtök	(00050) Epekímélő	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Szilvalekváros gombóc	1 783.24	426.61	10.99	3.77	0.33	83.35	5.00	0.78		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		Összesen:	2 942.62	703.98	30.93	10.18	2.33	117.85	5.00	1.58		
	(00080) Májkímélő	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Szilvalekváros gombóc	1 783.24	426.61	10.99	3.77	0.33	83.35	5.00	0.78		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	0.00	0.06		
		Összesen:	2 942.62	703.98	30.93	10.18	2.33	117.85	5.00	1.58		
	(00101) Diab. 180g	E Babgulyás	1 192.34	285.25	26.13	8.81	2.59	24.99	0.00	0.38		
		Szilvalekváros gombóc	1 783.24	426.61	10.99	3.77	0.33	83.35	5.00	0.78		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 120.99	746.65	37.52	12.98	2.92	115.34	5.00	1.17		
(00158) Gluténmentes 19-69	E Babgulyás	1 192.34	285.25	26.13	8.81	2.59	24.99	0.00	0.38			
	Szilvalekváros gombóc gluténmentes	2 176.12	520.60	11.54	5.69	0.53	101.45	15.44	0.27			
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01			
	Összesen:	3 513.87	840.64	38.07	14.90	3.12	133.44	15.44	0.66			





10/3/2024 csütörtök (00430) Laktózmentes 19-69	E	Babgulyás	1 192.34	285.25	26.13	8.81	2.59	24.99	0.00	0.38		
		Szilvalekváros gombóc	2 346.08	561.26	11.44	10.30	1.07	101.53	19.98	0.78		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 683.83	881.30	37.97	19.51	3.66	133.52	19.98	1.17		





10/4/2024 péntek															
(00050) Epekímélő	E	Szárnyasaprólék leves	530.79	126.98	16.07	2.61	0.64	9.60	0.05	1.28					
		Paprikás krumpli	1 985.45	474.99	13.16	18.06	4.20	63.24	0.00	0.44					
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50					
		Összesen:	2 573.78	615.74	29.83	20.77	4.84	75.44	0.05	2.22					
	(00080) Májkímélő	E	Szárnyasaprólék leves	530.79	126.98	16.07	2.61	0.64	9.60	0.05	1.28				
			Paprikás krumpli	1 985.45	474.99	13.16	18.06	4.20	63.24	0.00	0.44				
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
			Összesen:	2 573.78	615.74	29.83	20.77	4.84	75.44	0.05	2.22				
	(00101) Diab. 180g	E	Szárnyasaprólék leves	530.79	126.98	16.07	2.61	0.64	9.60	0.05	1.28				
			Paprikás krumpli	2 210.49	528.82	15.91	22.76	5.93	63.31	0.00	1.64				
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
			Összesen:	2 798.82	669.57	32.58	25.47	6.57	75.51	0.05	3.42				
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Szárnyasaprólék leves	530.79	126.98	16.07	2.61	0.64	9.60	0.05	1.28					
		Paprikás krumpli	2 210.49	528.82	15.91	22.76	5.93	63.31	0.00	1.64					
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40					
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50					
		Összesen:	3 155.22	754.83	34.17	26.70	6.68	92.39	1.45	3.82					





10/4/2024 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Szárnyasaprólék leves	530.79	126.98	16.07	2.61	0.64	9.60	0.05	1.28		
		Paprikás krumpli	2 210.49	528.82	15.91	22.76	5.93	63.31	0.00	1.64		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	2 798.82	669.57	32.58	25.47	6.57	75.51	0.05	3.42		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

