



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2/3/2025 hétfő	(00050) Epekímélő	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 214.24	529.72	21.48	16.01	7.35	74.30	0.00	1.22		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 970.51	710.65	36.82	22.42	9.20	89.05	0.00	1.97		
	(00080) Májkímélő	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 214.24	529.72	21.48	16.01	7.35	74.30	0.00	1.22		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 970.51	710.65	36.82	22.42	9.20	89.05	0.00	1.97		
	(00101) Diab. 180g	E Húsgombócleves	507.30	121.36	8.72	2.94	0.90	14.75	0.01	0.21		
		Túrós metélt	1 638.84	392.07	26.10	4.15	0.87	62.12	0.00	0.74		
		Tejföl	543.74	130.08	1.95	12.52	6.31	2.24	0.00	0.05		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
Összesen:		2 835.29	678.30	37.17	20.01	8.08	86.11	0.01	1.01			





2/3/2025 hétfő														
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Húsgombóclevés	596.15	142.62	8.11	3.09	0.91	20.31	0.01	0.22				
		Túrós tészta	2 064.19	493.83	18.58	10.16	3.80	80.33	5.00	0.65				
		Tejföl	543.74	130.08	1.95	12.52	6.31	2.24	0.00	0.05				
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01				
		Összesen:	3 349.49	801.32	29.04	26.17	11.02	109.88	5.01	0.93				
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Húsgombóclevés	521.59	124.78	8.82	2.95	0.90	15.49	0.01	0.21				
		Mákos tészta	2 322.78	555.69	18.69	13.06	2.74	90.19	12.99	1.12				
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01				
		Összesen:	2 989.78	715.26	27.91	16.41	3.64	112.68	13.00	1.34				





2/4/2025 kedd	(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
			Zöldbabfőzelék püré	882.34	211.09	8.49	6.87	3.18	28.35	0.02	0.03	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	989.35	236.69	9.26	1.22	0.07	46.89	0.00	0.97		
			Összesen:	3 026.51	724.05	42.18	22.26	6.85	87.59	0.07	2.15		
	(00080) Májkímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Aprópecsenye	791.69	189.40	21.16	10.90	3.21	1.43	0.00	1.00		
			Zöldbabfőzelék püré	882.34	211.09	8.49	6.87	3.18	28.35	0.02	0.03	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	989.35	236.69	9.26	1.22	0.07	46.89	0.00	0.97		
			Összesen:	3 026.51	724.05	42.18	22.26	6.85	87.59	0.07	2.15		
	(00101) Diab. 180g	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
			Zöldbabfőzelék	882.34	211.09	8.49	6.87	3.18	28.35	0.02	0.03	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Piskótatekercs	654.87	156.67	3.59	4.75	2.34	24.67	13.85	0.05	  	
		Összesen:	3 441.64	823.36	41.85	31.20	9.68	92.45	13.92	0.95			





2/4/2025 kedd												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	415.34	99.36	3.51	2.44	0.30	15.54	0.25	0.16		
		Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
		Zöldbabfőzelék	692.86	165.75	5.56	3.83	1.95	26.85	0.02	0.03		
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40		
		Muffin	1 096.98	262.43	2.76	6.72	1.03	47.24	25.58	0.40	 	
		Összesen:	3 608.21	863.19	35.29	29.92	7.12	111.58	27.25	1.22		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
		Zöldbabfőzelék	692.02	165.56	7.53	3.96	2.02	24.53	0.02	0.03		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Muffin	924.06	221.06	4.98	7.75	1.23	32.56	17.09	0.09	 	
		Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
		Összesen:	3 520.51	842.22	42.28	31.29	7.41	96.52	17.16	0.99		









<b>2/5/2025</b> szerda	(00050) Epekímélő	E	Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15		
			Sonkás sertéstokány	1 037.71	248.26	19.65	17.30	4.09	3.15	0.00	0.59		
			Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
			Összesen:	2 978.65	712.60	36.42	25.59	5.28	83.23	0.02	1.42		
	(00080) Májkímélő	E	Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15		
			Sonkás sertéstokány	1 037.71	248.26	19.65	17.30	4.09	3.15	0.00	0.59		
			Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
			Összesen:	2 978.65	712.60	36.42	25.59	5.28	83.23	0.02	1.42		
	(00101) Diab. 180g	E	Karalábéleves	230.52	55.15	1.77	2.11	0.25	7.18	0.02	0.15		
			Bakonyi sertéstokány	1 470.39	351.77	28.32	21.07	7.51	11.79	0.00	2.54		
			Galuska köret	1 683.20	402.68	16.74	5.74	1.46	70.54	0.00	2.06		
			Összesen:	3 384.11	809.60	46.83	28.92	9.22	89.51	0.02	4.75		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Karalábéleves	626.55	149.89	2.21	5.06	0.59	23.47	0.36	0.37		
			Bakonyi sertéstokány	1 245.68	298.01	20.50	17.76	6.50	13.66	0.00	0.65		
			Tészta köret	1 358.33	324.96	9.80	5.21	0.67	57.90	0.00	1.58		
			Összesen:	3 230.56	772.86	32.51	28.03	7.76	95.03	0.36	2.60		






















<b>2/5/2025</b> <b>szerda</b> (00430) Laktózmentes 19-69	<b>E</b>	Karalábéleves	677.83	162.16	4.48	7.24	0.89	19.66	0.05	0.66	 	
		Bakonyi sertéstokány	987.25	236.18	18.96	14.62	5.57	6.89	0.00	0.53		
		Galuska köret	1 738.44	415.89	17.82	6.70	1.70	70.59	0.00	0.12	 	
		Összesen:	3 403.52	814.23	41.26	28.56	8.16	97.14	0.05	1.31		





2/6/2025 csütörtök													
Epekímélő	(00050)	E	Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.01	0.17	 	
			Halfilé sárgaborsó bundában	1 449.79	346.84	23.70	21.43	3.23	13.28	0.00	0.30		
			Sárgarépás rizs	1 150.84	275.32	6.08	2.15	0.26	57.49	0.00	0.14		
			Összesen:	3 196.80	764.78	33.65	29.93	5.83	87.99	0.01	0.61		
	Májkímélő	(00080)	E	Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.01	0.17	 
				Halfilé sárgaborsó bundában	1 384.12	331.13	22.62	21.35	3.22	10.62	0.00	0.30	
				Sárgarépás rizs	1 150.84	275.32	6.08	2.15	0.26	57.49	0.00	0.14	
				Összesen:	3 131.13	749.07	32.57	29.85	5.82	85.33	0.01	0.61	
	Diab. 180g	(00101)	E	Brokkolikrémleves	482.14	115.34	5.27	6.54	2.44	8.72	0.00	0.57	 
				Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 
				Rántott hal magvas bundában	1 563.56	374.06	25.34	15.12	2.68	32.60	0.00	0.92	  
				Zöldséges bulgur	1 318.13	315.34	12.33	3.16	0.40	63.07	0.00	0.59	
			Összesen:	3 593.87	859.77	43.78	28.63	5.98	108.67	0.00	2.18		
Gluténmentes 19-69	(00158)	E	Brokkolikrémleves	455.14	108.89	3.42	5.55	2.33	11.19	0.00	0.54		
			Halfilé sárgaborsó bundában	1 252.61	299.67	22.18	18.54	2.89	9.56	0.00	0.30		
			Zöldséges rizs	1 425.28	340.98	8.74	4.53	0.54	65.84	0.00	0.37		
			Zsemle	616.67	147.53	5.08	0.38	0.14	30.78	0.00	0.35		
			Összesen:	3 749.70	897.07	39.42	29.00	5.90	117.37	0.00	1.56		





<b>2/6/2025</b> <b>csütörtök</b> (00430) Laktózmentes 19-69	<b>E</b>	Brokkolikrémleves	504.31	120.65	4.59	7.82	3.24	7.84	0.00	0.55		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Rántott hal magvas bundában	1 563.56	374.06	25.34	15.12	2.68	32.60	0.00	0.92		
		Zöldséges bulgur	1 318.13	315.34	12.33	3.16	0.40	63.07	0.00	0.59		
		Összesen:	3 616.04	865.08	43.10	29.91	6.78	107.79	0.00	2.16		







<b>2/7/2025</b> <b>péntek</b>	<b>(00050)</b> Epekímélő	<b>E</b> Meggyleves	947.64	226.71	3.63	3.89	2.03	43.06	19.58	0.53		
		Rizses csirke	2 406.73	575.77	29.37	14.84	2.43	80.43	0.00	0.51		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 411.91	816.25	33.60	18.83	4.46	126.09	19.58	1.54		
	<b>(00080)</b> Májkímélő	<b>E</b> Meggyleves	947.64	226.71	3.63	3.89	2.03	43.06	19.58	0.53		
		Rizses csirke	2 406.73	575.77	29.37	14.84	2.43	80.43	0.00	0.51		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 411.91	816.25	33.60	18.83	4.46	126.09	19.58	1.54		
	<b>(00101)</b> Diab. 180g	<b>E</b> Meggyleves	719.70	172.18	1.86	4.18	2.02	30.58	15.59	0.52		
		Csirkemellfilé Dubarry módra	1 364.26	326.38	34.10	15.15	5.70	13.01	0.00	0.59		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Összesen:	3 707.12	886.88	43.96	24.27	8.30	121.09	15.59	1.22		
<b>(00158)</b> Gluténmentes 19-69	<b>E</b> Meggyleves	648.94	155.25	1.47	3.73	1.95	27.80	15.59	0.53			
	Csirkemellfilé Dubarry módra	1 240.17	296.69	28.18	15.79	5.06	10.11	0.00	0.52			
	Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
	Összesen:	3 512.27	840.26	37.65	24.46	7.59	115.41	15.59	1.16			





<b>2/7/2025</b> <b>péntek</b> (00430) Laktózmentes 19-69	<b>E</b>	Meggyleves	764.93	183.00	2.20	5.36	2.93	30.30	15.59	0.54		
		Csirkemellfilé Dubarry módra	1 268.63	303.50	29.45	14.30	4.16	13.87	0.00	0.51		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Összesen:	3 656.72	874.82	39.65	24.60	7.67	121.67	15.59	1.16		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

