



Tételes étlap 2025.03.24. - 2025.03.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
3/24/2025 hétfő	(00050) Epekímélő	E Tejfölös burgonyaleves	780.05	186.61	4.39	7.31	2.45	25.36	0.05	0.66		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 214.24	529.72	21.48	16.01	7.35	74.30	0.00	1.22		
		Összesen:	2 994.29	716.33	25.87	23.32	9.80	99.66	0.05	1.88		
	(00080) Májikímélő	E Tejfölös burgonyaleves	780.05	186.61	4.39	7.31	2.45	25.36	0.05	0.66		
		Sajtos-tejfölös tészta	2 214.24	529.72	21.48	16.01	7.35	74.30	0.00	1.22		
		Összesen:	2 994.29	716.33	25.87	23.32	9.80	99.66	0.05	1.88		
	(00101) Diab. 180g	E Palócleves mir diab	1 340.38	320.66	18.05	16.03	4.59	25.46	0.05	0.65		
		Mákos metélt	1 827.36	437.17	16.10	13.14	2.81	63.10	0.00	1.00		
		Összesen:	3 167.74	757.83	34.15	29.17	7.40	88.56	0.05	1.65		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E Palócleves	1 469.08	351.45	21.80	15.72	4.36	30.09	0.56	0.49		
		Mákos tészta	1 681.65	402.31	6.28	10.11	1.95	70.18	9.00	0.59		
		Összesen:	3 150.73	753.76	28.08	25.83	6.31	100.27	9.56	1.08		





3/24/2025 hétfő (00430) Laktózmentes 19-69	E	Palócleves	1 396.16	334.01	22.44	15.76	4.38	25.02	0.56	0.49		
		Mákos tészta	2 163.03	517.47	16.10	13.14	2.81	83.08	19.98	1.00		
		Összesen:	3 559.19	851.48	38.54	28.90	7.19	108.10	20.54	1.49		





3/25/2025 kedd	(00050) Epekímélő	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
			Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
			Kapormártás	958.72	229.36	4.28	15.64	4.22	17.59	0.00	0.33		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07		
			Összesen:	3 968.29	949.35	36.82	26.36	7.10	138.96	0.01	1.22		
	(00080) Májkímélő	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
			Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
			Kapormártás	958.72	229.36	4.28	15.64	4.22	17.59	0.00	0.33		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07		
			Összesen:	3 968.29	949.35	36.82	26.36	7.10	138.96	0.01	1.22		
	(00101) Diab. 180g	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
			Paradicsom mártás	702.77	168.13	3.18	4.21	0.46	29.15	14.99	0.60		
			Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
		Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03			
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
		Összesen:	3 647.73	872.66	35.28	15.18	3.20	146.55	15.00	2.00			





3/25/2025 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61			
			Paradicsom mártás	928.68	222.17	2.18	5.06	0.53	41.70	19.98	0.59			
			Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18			
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03			
			Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40			
			Összesen:	3 636.43	869.95	30.31	16.53	3.34	147.85	21.39	1.81			
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61			
			Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18			
			Paradicsom mártás	702.77	168.13	3.18	4.21	0.46	29.15	14.99	0.60	 		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03			
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	0.00	0.07			
		Összesen:	3 712.34	888.12	35.72	14.93	3.34	150.52	15.00	1.49				





3/26/2025 szerda	(00050) Epekímélő	E Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
		Sárgarépás sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	0.60		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01		
		Összesen:	3 245.89	776.53	33.65	19.23	4.20	115.91	21.25	0.87		
	(00080) Májkímélő	E Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
		Sárgarépás sertésragu	892.57	213.53	21.88	11.02	3.23	6.29	0.00	0.60		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01		
		Összesen:	3 536.71	846.11	35.15	22.59	4.72	124.09	21.20	0.86		
	(00101) Diab. 180g	E Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
		Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32		
Párolt rizs		1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
Alma		116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01			
Összesen:		3 642.39	871.39	35.88	26.39	4.70	121.11	0.00	1.58			










3/26/2025 szerda												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	415.34	99.36	3.51	2.44	0.30	15.54	0.35	0.16		
		Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 403.78	814.30	34.62	22.20	4.09	117.55	0.35	1.60		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
		Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 642.39	871.39	35.88	26.39	4.70	121.11	0.00	1.58		





3/27/2025 csütörtök	(00050) Epekímélő	E Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.79	0.17	 	
		Zsemlekocka	290.25	69.44	1.52	2.90	0.36	9.23	0.55	0.11		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	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:	3 057.95	731.56	33.99	27.30	6.72	85.45	1.34	1.41		
	(00080) Májjímélő	E Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.79	0.17	 	
		Zsemlekocka	290.25	69.44	1.52	2.90	0.36	9.23	0.55	0.11		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 456.51	348.45	7.50	8.03	0.92	60.00	0.00	0.03		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 136.34	750.32	34.49	27.34	6.72	89.45	1.34	1.41		
	(00101) Diab. 180g	E Fokhagymakrémleves	446.08	106.72	3.52	4.15	2.47	13.69	0.98	0.33		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 	
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
Tört burgonya		1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03			
Káposzta saláta		145.46	34.80	1.70	0.22	0.03	6.19	0.00	1.02			
Összesen:		2 935.57	702.28	34.06	26.13	6.98	80.56	0.98	2.08			





3/27/2025 csütörtök												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Fokhagymakrémleves	426.05	101.92	1.45	3.24	1.93	16.62	0.78	0.32		
		Zsemlekocka	160.38	38.37	0.72	0.55	0.05	7.60	0.63	0.18		
		Sertéssült	876.20	209.62	21.00	13.67	3.52	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 456.51	348.45	7.50	8.03	0.92	60.00	0.00	0.03		
		Káposzta saláta	311.91	74.62	1.72	0.27	0.03	15.97	9.99	0.23		
		Összesen:	3 231.05	772.98	32.39	25.76	6.45	100.59	11.40	1.36		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Fokhagymakrémleves	360.19	86.17	2.64	4.11	2.45	9.56	0.98	0.33		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03		
		Káposzta saláta	311.91	74.62	1.72	0.27	0.03	15.97	9.99	0.23		
		Összesen:	3 016.13	721.55	33.20	26.14	6.96	86.21	10.97	1.29		





3/28/2025 péntek		(00050) Epekímélő		(00080) Májímélő		(00101) Diab. 180g		(00158) Gluténmentes 19-69					
		E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01		
			Bácskai rizseshús	1 910.20	456.99	25.75	10.41	2.96	64.51	0.00	0.70		
	Összesen:	3 117.46	745.81	31.72	16.54	3.81	116.62	22.17	1.38				
E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67				
	Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01				
	Bácskai rizseshús	1 910.20	456.99	25.75	10.41	2.96	64.51	0.00	0.70				
	Összesen:	3 117.46	745.81	31.72	16.54	3.81	116.62	22.17	1.38				
E	Reszelttészta leves	601.51	143.90	3.62	6.17	0.78	18.33	0.01	0.57				
	Rakott karfiol	2 333.23	558.19	24.57	21.54	7.57	65.81	0.00	0.83				
	Összesen:	2 934.74	702.09	28.19	27.71	8.35	84.14	0.01	1.40				
E	Rántott leves	687.34	164.43	1.97	7.05	0.85	23.26	0.05	0.26				
	Rakott karfiol	2 225.06	532.31	27.20	15.54	6.06	70.24	1.56	0.86				
	Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40				
	Összesen:	3 268.80	782.00	30.76	23.82	7.02	110.38	3.01	1.52				





3/28/2025 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Reszelttészta leves	734.31	175.67	4.21	8.14	1.01	21.22	0.01	0.59		
		Rakott karfiol	2 292.69	548.49	24.65	20.37	7.40	65.95	1.95	0.84		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	3 521.67	842.50	33.49	29.12	8.45	110.61	1.96	1.92		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

