



Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/12/2025 hétfő	(00050) Epekímélő	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Burgonyás tészta	2 381.11	569.64	17.56	9.75	1.29	101.46	0.00	1.01		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 049.51	729.55	33.10	15.86	3.14	111.81	0.00	2.25		
	(00080) Májkímélő	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Burgonyás tészta	2 381.11	569.64	17.56	9.75	1.29	101.46	0.00	1.01		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 049.51	729.55	33.10	15.86	3.14	111.81	0.00	2.25		
	(00101) Diab. 180g	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Burgonyás tészta	2 381.11	569.64	17.56	9.75	1.29	101.46	0.00	1.01		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 049.51	729.55	33.10	15.86	3.14	111.81	0.00	2.25		
(00158) Gluténmentes 19-69	E Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74			
	Burgonyás tészta	2 353.00	562.92	8.31	8.53	1.02	110.14	3.36	0.70			
	Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50			
	Összesen:	3 021.40	722.83	23.85	14.64	2.87	120.49	3.36	1.94			





5/12/2025 hétfő (00430) Laktózmentes 19-69	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Burgonyás tészta	2 381.11	569.64	17.56	9.75	1.29	101.46	0.00	1.01		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 049.51	729.55	33.10	15.86	3.14	111.81	0.00	2.25		





5/13/2025 kedd	(00050) Epekímélő	E	Zöldséges rizsleves	731.42	174.98	4.04	3.07	0.39	32.55	0.01	0.61		
			Tökfőzelék	876.58	209.71	6.24	6.47	2.38	31.20	0.04	0.09		
			Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	3 248.24	777.09	37.71	25.97	6.54	96.95	0.05	1.51		
	(00080) Májkímélő	E	Zöldséges rizsleves	731.42	174.98	4.04	3.07	0.39	32.55	0.01	0.61		
			Tökfőzelék	876.58	209.71	6.24	6.47	2.38	31.20	0.04	0.09		
			Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	3 248.24	777.09	37.71	25.97	6.54	96.95	0.05	1.51		
	(00101) Diab. 180g	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
			Tökfőzelék	876.58	209.71	6.24	6.47	2.38	31.20	0.04	0.09		
			Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
		Összesen:	3 170.77	758.56	38.44	29.53	7.06	83.50	0.04	1.04			





5/13/2025 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Zöldséges rizsleves	610.01	145.93	2.47	2.06	0.25	29.17	0.01	0.61		
			Sertés pörkölt	906.30	216.82	21.87	11.99	3.31	5.07	0.00	0.23		
			Tökfőzelék	895.78	214.30	3.80	8.10	2.86	31.11	1.01	0.59		
			Zsemle gluténmentes	712.80	170.52	3.18	2.46	0.22	33.76	2.80	0.80		
			Összesen:	3 124.89	747.57	31.32	24.61	6.64	99.11	3.82	2.23		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Daragaluska leves	653.95	156.45	4.77	6.63	0.91	19.10	0.00	0.14		
			Tökfőzelék	953.99	228.23	6.60	8.16	3.33	31.64	1.21	0.60		
			Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
			Teljes kiőrlésű kenyér	692.54	165.68	6.48	0.85	0.05	32.82	0.00	0.68		
			Összesen:	3 347.11	800.75	39.72	31.34	8.02	88.63	1.21	1.65		





5/14/2025 szerda														
(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15				
		Párolt sertésszelet	744.14	178.02	21.06	9.96	3.10	0.82	0.00	0.21				
		Spenótos burgonyapüré	1 687.08	403.61	11.04	9.91	3.19	65.96	0.00	0.24				
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
	Összesen:	2 851.89	682.27	35.97	23.24	6.68	80.30	0.05	1.10					
(00080) Májkímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15				
		Párolt sertésszelet	744.14	178.02	21.06	9.96	3.10	0.82	0.00	0.21				
		Spenótos burgonyapüré	1 687.08	403.61	11.04	9.91	3.19	65.96	0.00	0.24				
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50				
	Összesen:	2 851.89	682.27	35.97	23.24	6.68	80.30	0.05	1.10					
(00101) Diab. 180g	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15				
		Tökmagos rántott sertéskaraj	1 527.94	365.53	32.04	16.19	4.57	22.48	0.64	0.67				
		Spenótos burgonyapüré	1 463.26	350.06	10.28	7.05	2.42	59.94	0.00	0.19				
		Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02				
	Összesen:	3 519.77	842.04	46.79	26.61	7.38	101.64	0.69	1.03					





5/14/2025 szerda	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 479.03	353.83	29.97	16.05	4.50	21.73	0.56	0.36		
			Spenótos burgonyapüré	1 176.16	281.38	7.39	4.27	1.59	52.08	0.39	0.08		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		
			Összesen:	3 183.76	761.66	41.83	23.69	6.48	93.03	1.00	0.61		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 527.94	365.53	32.04	16.19	4.57	22.48	0.64	0.67		
			Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		
		Összesen:	3 434.63	821.67	43.51	27.55	5.88	97.70	0.69	0.87			





5/15/2025 csütörtök												
(00050) Epekímélő	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 513.32	840.51	52.21	28.29	6.52	92.72	0.00	1.66		
(00080) Májkímélő	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
		Sertés pörkölt	1 046.63	250.39	21.87	15.70	3.73	5.07	0.00	0.23		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 513.32	840.51	52.21	28.29	6.52	92.72	0.00	1.66		
(00101) Diab. 180g	E	Bakonyi betyárleves	1 094.54	261.85	18.27	15.33	6.02	12.28	0.00	0.94		
		Szilvalekváros gombóc	1 783.24	426.61	10.99	3.77	0.33	83.35	5.48	0.78		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 023.19	723.25	29.66	19.50	6.35	102.63	5.48	1.73		





5/15/2025 csütörtök												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Bakonyi betyárleves	1 071.63	256.37	18.20	15.27	6.38	11.12	0.98	0.95		
		Szilvás gombóc	2 238.24	535.46	6.79	10.71	1.35	101.06	24.43	0.62		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 455.28	826.62	25.39	26.38	7.73	119.18	25.41	1.58		
(00430) Laktózmentes 19-69	E	Bakonyi betyárleves	1 064.29	254.61	18.31	14.49	5.91	12.34	0.78	0.95		
		Szilvalekváros gombóc	2 346.08	561.26	11.44	10.30	1.07	101.53	20.46	0.78		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 555.78	850.66	30.15	25.19	6.98	120.87	21.24	1.74		





5/16/2025 péntek													
(00050) Epekímélő	E	Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.79	0.17			
		Párolt csirkemell	766.39	183.35	29.89	5.99	0.87	2.40	0.05	0.23			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
		Összesen:	2 985.72	714.29	41.76	17.28	3.79	97.12	0.84	0.51			
	(00080) Májkimélő	E	Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.79	0.17		
			Párolt csirkemell	766.39	183.35	29.89	5.99	0.87	2.40	0.05	0.23		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Összesen:	2 985.72	714.29	41.76	17.28	3.79	97.12	0.84	0.51		
	(00101) Diab. 180g	E	Brokkolikrémleves	482.14	115.34	5.27	6.54	2.44	8.72	0.78	0.57		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
			Édes-savanyú csirke	1 168.64	279.58	32.68	4.58	0.70	26.55	5.18	1.07		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
Összesen:			3 503.98	838.27	46.79	19.87	4.18	117.05	5.96	1.85			
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Brokkolikrémleves	455.14	108.89	3.42	5.55	2.33	11.19	0.86	0.54			
		Édes-savanyú csirke	1 056.68	252.80	31.99	4.56	0.67	20.45	9.11	1.07			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
		Összesen:	3 134.98	750.01	43.41	15.05	3.58	109.14	9.97	1.72			





5/16/2025 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Brokkolikrémleves	504.31	120.65	4.59	7.82	3.24	7.84	1.17	0.55		
		Édes-savanyú csirke	867.16	207.45	26.64	3.28	0.54	17.41	7.11	0.73		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
		Összesen:	2 994.63	716.42	39.23	16.04	4.36	102.75	8.28	1.39		





5/17/2025 szombat	(00050) Epekímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Pincepörkölt	1 934.29	462.75	23.71	16.44	3.43	53.48	0.00	0.41		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Fehér kenyér	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	0.09		
			Összesen:	3 203.82	766.46	35.28	20.40	4.06	108.50	3.05	0.90		
	(00080) Májkímélő	E	Tavaszi zöldségleves	363.13	86.87	3.27	3.27	0.39	10.92	0.05	0.15		
			Pincepörkölt	1 934.29	462.75	23.71	16.44	3.43	53.48	0.00	0.41		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Fehér kenyér	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	0.09		
			Összesen:	3 203.82	766.46	35.28	20.40	4.06	108.50	3.05	0.90		
	(00101) Diab. 180g	E	Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60		
			Pincepörkölt	1 934.29	462.75	23.71	16.44	3.43	53.48	0.00	0.41		
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
		Összesen:	3 010.68	720.26	35.51	19.64	3.81	98.40	0.01	1.68			





5/17/2025 szombat	(00158) Gluténmentes 19-69	E Zöldborsóleves	513.02	122.73	5.24	2.36	0.26	19.63	0.51	0.60			
		Pincepörkölt	2 120.88	507.39	24.07	21.21	4.75	53.48	0.00	0.55			
		Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09			
		Kukorica abonett	360.08	86.16	3.24	0.56	0.04	16.92	0.00	0.04			
		Összesen:	3 077.14	736.18	33.65	24.33	5.15	93.43	0.51	1.28			
	(00430) Laktózmentes 19-69	E Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60			
		Pincepörkölt	1 934.29	462.75	23.71	16.44	3.43	53.48	0.00	0.41			
		Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.09			
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06			
		Összesen:	2 965.59	709.48	34.95	19.31	3.92	97.02	1.88	1.16			

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

