



Tételes étlap 2025.10.20. - 2025.10.26.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/20/2025 hétfő	(00050) Epekímélő	E	Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
			Burgonyás tészta	2 351.42	562.54	17.30	9.68	1.29	100.10	0.00	1.01		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 072.77	735.12	37.44	15.30	2.01	110.13	0.00	2.34		
	(00080) Májkímélő	E	Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
			Burgonyás tészta	2 351.42	562.54	17.30	9.68	1.29	100.10	0.00	1.01		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 072.77	735.12	37.44	15.30	2.01	110.13	0.00	2.34		
	(00101) Diab. 180g	E	Csirkeraguleves	733.98	175.59	19.54	7.38	0.93	7.43	0.00	0.83		
			Burgonyás tészta	2 351.42	562.54	17.30	9.68	1.29	100.10	0.00	1.01		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 142.94	751.90	37.44	17.16	2.22	110.13	0.00	2.34		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Nyírségi gombóclevés	960.40	229.76	24.51	4.36	2.15	22.59	0.78	0.96		
			Burgonyás tészta	2 323.31	555.81	8.05	8.46	1.02	108.78	3.36	0.70		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 341.25	799.34	33.16	12.92	3.17	133.97	4.14	2.16		





10/20/2025 hétfő	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Nyírségi gombóclevés	1 022.22	244.55	25.67	4.62	2.79	24.25	5.80	1.06	     	
			Darásmetélt	2 128.74	509.27	16.60	11.00	1.55	85.37	0.00	0.62	 	
			Sárgabarackdzsem	329.29	78.78	0.12	0.00	0.00	19.35	19.35	0.01		
			Összesen:	3 480.25	832.60	42.39	15.62	4.34	128.97	25.15	1.69		





10/21/2025 kedd	(00050) Epekímélő	E	Csontleves	715.44	171.16	7.54	3.50	0.53	27.47	0.00	0.62	  	
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
			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	2.25	0.07		
			Összesen:	4 165.70	996.58	45.82	30.14	8.10	133.56	2.25	1.65		
	(00080) Májjímélő	E	Csontleves	715.44	171.16	7.54	3.50	0.53	27.47	0.00	0.62	  	
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
			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	2.25	0.07		
			Összesen:	4 165.70	996.58	45.82	30.14	8.10	133.56	2.25	1.65		
	(00101) Diab. 180g	E	Csontleves	715.44	171.16	7.54	3.50	0.53	27.47	0.00	0.62	  	
			Paradicsomos káposzta	1 135.77	271.72	8.87	8.45	1.05	39.19	0.00	0.81	 	
			Sertéssült	876.20	209.62	21.00	13.67	3.52	0.40	0.00	0.60		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 222.08	770.84	42.04	26.23	5.14	90.50	0.00	2.52		





10/21/2025 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Csontleves	452.14	108.17	3.64	2.72	0.38	17.16	0.75	0.46		
			Paradicsomos káposzta	1 478.28	353.66	5.88	5.63	0.58	68.93	24.98	1.00		
			Kukorica abonett	180.04	43.08	1.62	0.28	0.02	8.46	0.00	0.02		
			Sertéssült	876.20	209.62	21.00	13.67	3.52	0.40	0.00	0.60		
			Összesen:	2 986.66	714.53	32.14	22.30	4.50	94.95	25.73	2.08		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Csontleves	715.44	171.16	7.54	3.50	0.53	27.47	0.00	0.62		
			Paradicsomos káposzta	1 465.35	350.56	9.83	5.91	0.73	63.58	19.98	0.80		
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Összesen:	3 411.33	816.10	43.00	19.98	4.40	114.89	19.98	2.51		





10/22/2025 szerda											
(00050) Epekímélő	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67	
		Sárgarépas 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	
		Összesen:	3 355.96	802.86	35.35	22.09	4.66	114.70	0.97	1.38	
	(00080) Májkímélő	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67	
		Sárgarépas 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	
		Összesen:	3 355.96	802.86	35.35	22.09	4.66	114.70	0.97	1.38	
	(00101) Diab. 180g	Csurgatott tojás leves	608.22	145.50	5.15	6.82	1.13	15.69	0.00	0.06	
		Zöldborsós sertésragu	1 157.82	276.99	22.66	14.32	5.16	14.03	0.82	0.27	
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
		Összesen:	3 534.61	845.60	36.21	26.48	6.87	114.22	0.82	0.45	
	(00158) Gluténmentes 19-69	Csurgatott tojás leves	466.51	111.60	2.51	4.78	0.82	14.50	0.00	0.26	
		Zöldborsós sertésragu gluténmentes	1 158.09	277.06	22.00	14.28	5.13	14.80	0.82	0.27	
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
		Összesen:	3 393.17	811.77	32.91	24.40	6.53	113.80	0.82	0.65	





10/22/2025	szerda (00430) Laktózmentes 19-69	E	Csurgatott tojás leves	608.22	145.50	5.15	6.82	1.13	15.69	0.00	0.06	 	
			Zöldborsós sertésragu	1 157.82	276.99	22.66	14.32	5.16	14.03	0.82	0.27		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 534.61	845.60	36.21	26.48	6.87	114.22	0.82	0.45		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

