



Tételes étlap 2025.11.03. - 2025.11.09.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/3/2025 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		
			Tarhonyáshús	2 014.05	481.83	32.26	14.36	3.75	55.29	0.00	1.15		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 112.11	744.53	42.76	21.79	8.13	92.60	1.49	2.86		





11/3/2025 hétfő	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Májgombóclevés	604.47	144.61	10.56	1.75	0.60	21.37	0.01	0.21	 	
			Tarhonyás hús	2 580.92	617.44	36.93	17.27	4.14	77.82	0.00	1.34		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 391.37	811.33	48.11	19.31	4.74	110.09	0.01	1.80		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Májgombóclevés	531.83	127.23	10.54	1.75	0.60	17.08	0.01	0.21	 	
			Tarhonyás hús	2 441.01	583.97	35.27	17.84	4.21	69.90	0.01	1.27	 	
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 178.82	760.48	46.43	19.88	4.81	97.88	0.02	1.73		





11/4/2025 kedd	(00050) Epekímélő	E	Zöldségleves	332.76	79.61	3.90	1.48	0.18	12.44	0.05	0.65		
			Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
			Parajfőzelék	755.18	180.67	7.24	8.52	2.55	18.53	0.78	0.81		
			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:	3 517.58	841.54	45.20	19.15	5.87	119.89	3.08	1.77		
	(00080) Májkímélő	E	Zöldségleves	332.76	79.61	3.90	1.48	0.18	12.44	0.05	0.65		
			Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
			Parajfőzelék	755.18	180.67	7.24	8.52	2.55	18.53	0.78	0.81		
			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:	3 517.58	841.54	45.20	19.15	5.87	119.89	3.08	1.77		
	(00101) Diab. 180g	E	Zöldségleves	332.76	79.61	3.90	1.48	0.18	12.44	0.05	0.65		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Főtt tojás	552.38	132.14	10.80	9.60	2.48	0.48	0.00	0.28		
			Parajfőzelék	755.18	180.67	7.24	8.52	2.55	18.53	0.78	0.81		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	3 331.38	796.98	34.50	20.89	5.32	115.58	0.83	2.35		





11/4/2025 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Zöldségleves	415.34	99.36	3.51	2.44	0.30	15.54	0.35	0.16		
			Parajfőzelék	807.98	193.30	4.17	9.82	3.42	21.83	1.17	0.80		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Főtt tojás	552.38	132.14	10.80	9.60	2.48	0.48	0.00	0.28		
			Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40		
			Összesen:	3 229.55	772.61	27.07	23.65	6.38	110.73	2.92	1.67		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldségleves	332.76	79.61	3.90	1.48	0.18	12.44	0.05	0.65		
			Parajfőzelék	868.25	207.71	6.98	11.60	4.48	18.59	1.56	0.80		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Főtt tojás	552.38	132.14	10.80	9.60	2.48	0.48	0.00	0.28		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	3 444.45	824.02	34.24	23.97	7.25	115.64	1.61	2.34		





11/5/2025 szerda													
(00158) Gluténmentes 19-69	(00101) Diab. 180g	E	Babgulyás	1 133.52	271.18	24.60	8.85	2.58	22.68	0.00	0.53		
			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:	3 062.17	732.58	35.99	13.02	2.91	113.03	5.48	1.32		
	(00080) Májkimélő	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
			Nudli	2 376.17	568.46	15.80	5.08	0.55	111.56	10.63	0.39		
			Fehér kenyér	1 097.04	262.45	10.00	0.80	0.30	53.50	3.75	0.11		
			Összesen:	4 084.07	977.05	40.74	11.89	2.70	172.81	14.38	1.24		
	(00050) Epekimélő	E	Sertésraguleves	610.86	146.14	14.94	6.01	1.85	7.75	0.00	0.74		
			Nudli	2 376.17	568.46	15.80	5.08	0.55	111.56	10.63	0.39		
			Fehér kenyér	1 097.04	262.45	10.00	0.80	0.30	53.50	3.75	0.11		
			Összesen:	4 084.07	977.05	40.74	11.89	2.70	172.81	14.38	1.24		





11/5/2025 szerda (00430) Laktózmentes 19-69	E	Babgulyás	1 133.52	271.18	24.60	8.85	2.58	22.68	0.00	0.53		
		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:	3 625.01	867.23	36.44	19.55	3.65	131.21	20.46	1.32		





11/6/2025 csütörtök	(00050) Epekímélő	E	Tarhonyaleves	660.94	158.12	4.06	5.64	1.25	22.29	0.00	0.53	  	
			Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	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:	3 016.11	721.56	33.16	26.51	5.59	85.29	0.00	1.66		
	(00080) Májkímélő	E	Tarhonyaleves	660.94	158.12	4.06	5.64	1.25	22.29	0.00	0.53	  	
			Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	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:	3 016.11	721.56	33.16	26.51	5.59	85.29	0.00	1.66		
	(00101) Diab. 180g	E	Daragaluska leves	585.33	140.03	4.54	5.68	0.79	17.38	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:	2 863.69	685.09	34.12	25.71	5.04	77.04	0.00	2.49		





11/6/2025 csütörtök	(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	521.95	124.87	2.09	4.91	0.56	17.59	9.99	1.52		
			Hagymás tört burgonya	1 188.37	284.30	6.49	5.16	0.59	51.66	0.00	0.23		
			Összesen:	3 375.88	807.63	34.84	29.65	5.97	97.77	9.99	2.93		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Daragaluska leves	585.33	140.03	4.54	5.68	0.79	17.38	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:	2 930.82	701.15	34.12	25.71	5.04	81.04	4.00	2.49		





11/7/2025 péntek	(00050) Epekímélő	E	Szárnyasaprólék leves	549.39	131.43	16.07	3.10	0.77	9.61	0.05	1.31		
			Paprikás krumppli	2 082.39	498.18	14.41	20.06	4.97	63.26	0.00	0.30		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	2.25	0.07		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 347.54	800.85	37.08	23.74	5.92	107.57	2.30	2.18		
	(00080) Májkímélő	E	Szárnyasaprólék leves	709.91	169.83	17.57	3.44	0.83	16.90	0.05	1.37		
			Paprikás krumppli	2 082.39	498.18	14.41	20.06	4.97	63.26	0.00	0.30		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	2.25	0.07		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 508.06	839.25	38.58	24.08	5.98	114.86	2.30	2.24		
	(00101) Diab. 180g	E	Szárnyasaprólék leves	709.91	169.83	17.57	3.44	0.83	16.90	0.05	1.37		
			Paprikás krumppli	2 210.49	528.82	15.91	22.76	5.93	63.31	0.00	1.45		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	2.25	0.07		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
			Összesen:	3 636.16	869.89	40.08	26.78	6.94	114.91	2.30	3.39		





11/7/2025 péntek	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Szárnyasaprólék leves	709.91	169.83	17.57	3.44	0.83	16.90	0.05	1.37		
			Mákos guba	1 775.83	424.84	8.23	13.88	4.11	64.69	17.19	1.43		
			Vaniliásodó	782.06	187.09	6.80	5.60	3.04	27.19	7.99	0.28		
			Összesen:	3 267.80	781.76	32.60	22.92	7.98	108.78	25.23	3.08		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Szárnyasaprólék leves	709.91	169.83	17.57	3.44	0.83	16.90	0.05	1.37		
			Mákos guba	1 711.84	409.53	12.03	10.01	2.59	67.38	17.75	0.67		
			Vaniliásodó	364.07	87.10	0.60	0.80	0.00	19.31	7.99	0.29		
			Összesen:	2 785.82	666.46	30.20	14.25	3.42	103.59	25.79	2.33		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

