



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025 hétfő	(00050) Epekímélő	E	Zellerkrémleves mir.	668.67	159.97	3.33	10.18	2.76	13.23	0.83	0.67		
			Sonkás tészta	2 096.80	501.63	25.49	14.46	4.23	66.78	0.78	1.13		
			Összesen:	2 765.47	661.60	28.82	24.64	6.99	80.01	1.61	1.80		
	(00080) Májkímélő	E	Zellerkrémleves mir.	668.67	159.97	3.33	10.18	2.76	13.23	0.83	0.67		
			Sonkás tészta	2 096.80	501.63	25.49	14.46	4.23	66.78	0.78	1.13		
			Összesen:	2 765.47	661.60	28.82	24.64	6.99	80.01	1.61	1.80		
	(00101) Diab. 180g	E	Zellerkrémleves mir.	493.26	118.00	3.33	5.54	2.23	13.23	0.83	0.67		
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
			Bolognai ragu	758.25	181.40	17.39	7.52	2.42	10.83	7.99	0.32		
			Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68		
			Trappista sajt	310.88	74.37	5.54	5.62	3.57	0.32	0.00	0.09		
			Összesen:	3 502.85	837.99	42.10	28.67	9.62	101.56	8.82	1.86		
	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Zellerkrémleves	669.23	160.10	2.02	10.09	2.71	14.78	0.83	0.47		
			Bolognai ragu	758.25	181.40	17.39	7.52	2.42	10.83	7.99	0.32		
			Tészta köret	1 522.17	364.15	4.00	3.46	0.45	77.00	3.36	0.34		
			Trappista sajt	310.88	74.37	5.54	5.62	3.57	0.32	0.00	0.09		
			Összesen:	3 260.53	780.02	28.95	26.69	9.15	102.93	12.18	1.22		





11/10/2025 hétfő	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Zellerkrémleves	528.34	126.40	3.33	6.47	2.33	13.23	0.83	0.47	 	
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10	 	
			Bolognai ragu	758.25	181.40	17.39	7.52	2.42	10.83	7.99	0.32		
			Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.68	 	
			Összesen:	3 227.05	772.02	36.56	23.98	6.15	101.24	8.82	1.57		





11/11/2025 kedd	(00050) Epekímélő	E	Zöldséges rizsleves	731.42	174.98	4.04	3.07	0.39	32.55	0.01	0.61		
			Zöldbabfőzelék püré	882.34	211.09	8.49	6.87	3.18	28.35	0.02	0.03		
			Sertés sült	704.50	168.54	21.41	8.14	2.89	2.20	0.00	0.28		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	2.25	0.07		
			Összesen:	2 976.48	712.08	39.94	18.56	6.64	95.20	2.28	0.99		
	(00080) Májkímélő	E	Zöldséges rizsleves	731.42	174.98	4.04	3.07	0.39	32.55	0.01	0.61		
			Zöldbabfőzelék püré	882.34	211.09	8.49	6.87	3.18	28.35	0.02	0.03		
			Sertés sült	704.50	168.54	21.41	8.14	2.89	2.20	0.00	0.28		
			Fehér kenyér	658.22	157.47	6.00	0.48	0.18	32.10	2.25	0.07		
			Összesen:	2 976.48	712.08	39.94	18.56	6.64	95.20	2.28	0.99		
	(00101) Diab. 180g	E	Karfiolleves	415.22	99.33	4.47	1.75	0.25	16.32	0.02	0.64		
			Lencsefőzelék	1 193.46	285.52	15.11	7.27	2.39	39.58	5.00	0.62		
			Sült kolbász	516.67	123.61	6.05	10.99	2.34	0.06	0.01	0.96		
			Teljes kiörlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	2 718.96	650.47	31.19	20.74	5.02	84.09	5.03	2.80		





11/11/2025 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Karfiolleves	672.45	160.87	3.22	6.25	0.73	22.58	0.36	0.60		
			Lencsefőzelék	1 503.77	359.75	19.43	6.75	2.28	54.90	6.77	0.63		
			Sült kolbász	516.67	123.61	6.05	10.99	2.34	0.06	0.01	0.96		
			Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40		
			Összesen:	3 049.29	729.49	30.29	25.22	5.46	94.42	8.54	2.59		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Karfiolleves	415.22	99.33	4.47	1.75	0.25	16.32	0.02	0.64		
			Lencsefőzelék	1 503.22	359.62	20.74	6.84	2.33	53.35	6.77	0.63		
			Sült kolbász	516.67	123.61	6.05	10.99	2.34	0.06	0.01	0.96		
			Teljes kiőrlésű kenyér	692.54	165.68	6.48	0.85	0.05	32.82	0.00	0.68		
			Összesen:	3 127.65	748.24	37.74	20.43	4.97	102.55	6.80	2.91		





11/12/2025 szerda	(00050) Epekímélő	E	Karalábépüréleves	588.28	140.74	3.64	6.95	0.85	15.82	0.05	0.60		
			Párolt csirkecomb	645.68	154.47	24.77	5.65	0.78	0.96	0.00	0.19		
			Zsemlekocka	290.25	69.44	1.52	2.90	0.36	9.23	0.55	0.11		
			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:	3 038.26	726.87	38.03	23.63	2.91	88.61	0.60	1.43		
	(00080) Májkímélő	E	Karalábépüréleves	588.28	140.74	3.64	6.95	0.85	15.82	0.05	0.60		
			Párolt csirkecomb	645.68	154.47	24.77	5.65	0.78	0.96	0.00	0.19		
			Zsemlekocka	290.25	69.44	1.52	2.90	0.36	9.23	0.55	0.11		
			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:	3 038.26	726.87	38.03	23.63	2.91	88.61	0.60	1.43		
	(00101) Diab. 180g	E	Paradicsomleves	712.71	170.50	5.45	5.69	0.62	24.10	0.00	3.92		
			Sült csirkecomb filé	757.12	181.13	20.94	10.41	1.90	0.70	0.00	0.24		
			Burgonyapüré	1 444.35	345.54	9.67	8.90	3.10	55.33	0.00	0.22		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20		
			Összesen:	3 035.40	726.17	36.86	25.10	5.62	86.33	13.89	4.58		





11/12/2025 szerda	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Paradicsomleves	802.53	191.99	4.27	4.51	0.46	33.28	14.99	0.92	  	
			Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
			Burgonyapüré	1 482.25	354.61	10.41	6.86	2.54	61.32	0.00	0.19		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20		
			Összesen:	3 247.32	776.87	36.42	24.11	5.16	101.50	28.88	1.55		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Paradicsomleves	802.53	191.99	4.27	4.51	0.46	33.28	14.99	0.92	  	
			Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
			Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03		
			Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20		
			Összesen:	3 143.19	751.95	33.01	25.24	3.54	96.18	28.88	1.39		





11/13/2025 csütörtök	(00050) Epekímélő	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
			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		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 533.17	845.26	35.67	22.33	4.66	124.30	0.97	1.38		
	(00080) Májkímélő	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
			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		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 533.17	845.26	35.67	22.33	4.66	124.30	0.97	1.38		
	(00101) Diab. 180g	E	Csurgatott tojás leves	628.37	150.33	6.23	6.85	1.27	15.74	0.00	0.09		
			Temesvári sertésragu	1 078.67	258.05	20.42	13.86	5.11	12.54	0.00	0.74		
			Bulgur	1 501.17	359.13	12.29	3.19	0.44	75.87	1.10	0.53		
			Körte	221.51	52.99	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 429.72	820.50	39.34	24.20	6.82	116.15	1.10	1.37		





11/13/2025 csütörtök	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Csurgatott tojás leves	466.51	111.60	2.51	4.78	0.82	14.50	0.00	0.26		
			Temesvári sertésragu	956.67	228.87	18.74	14.48	4.76	5.55	0.78	0.69		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 223.55	771.19	29.57	24.44	6.16	107.15	0.78	1.06		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Csurgatott tojás leves	608.22	145.50	5.15	6.82	1.13	15.69	0.00	0.06		
			Temesvári sertésragu	1 017.18	243.35	19.64	15.68	5.80	5.55	0.78	0.81		
			Bulgur	1 501.17	359.13	12.29	3.19	0.44	75.87	1.10	0.53		
			Körte	177.21	42.40	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 303.78	790.38	37.40	25.93	7.37	106.71	1.88	1.40		





11/14/2025 péntek														
(00050) Epekímélő	E	Baracklevespüré	724.20	173.25	2.27	3.31	1.97	33.13	26.98	0.52				
		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:	3 188.47	762.79	32.24	18.25	4.40	116.16	26.98	1.53				
	E	Barackleves	718.02	171.78	1.08	4.12	2.05	32.23	31.60	0.02				
		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:	3 182.29	761.32	31.05	19.06	4.48	115.26	31.60	1.03				
	E	Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60				
		Rakott burgonya	2 470.66	591.07	18.33	31.55	12.80	56.80	0.16	1.84				
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58				
		Összesen:	3 463.89	828.68	29.03	34.55	13.08	98.32	0.17	3.02				
	E	Zöldborsóleves	513.02	122.73	5.24	2.36	0.26	19.63	0.51	0.60				
		Rakott burgonya	2 190.12	523.95	17.26	25.23	9.67	55.37	2.06	1.74				
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40				
		Összesen:	3 059.54	731.94	24.09	28.82	10.04	91.88	3.97	2.74				





11/14/2025 péntek (00430) Laktózmentes 19-69	E	Zöldborsóleves	399.62	95.60	5.14	2.27	0.24	13.39	0.01	0.60			
		Rakott burgonya	2 202.11	526.82	17.47	25.25	9.67	55.86	2.11	1.82			
		Teljes kiőrlésű kenyér	692.54	165.68	6.48	0.85	0.05	32.82	0.00	0.68			
		Összesen:	3 294.27	788.10	29.09	28.37	9.96	102.07	2.12	3.10			

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

