



Tételes étlap 2026.02.16. - 2026.02.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/16/2026 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		





2/16/2026 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		





2/17/2026 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		
			Sárgaborsó főzelék	1 541.81	368.85	18.21	11.58	3.09	47.52	0.00	0.25		
			Sült kolbász	516.67	123.61	6.05	10.99	2.34	0.06	0.01	0.96		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
			Összesen:	3 067.31	733.80	34.29	25.05	5.72	92.03	0.03	2.43		





2/17/2026 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Karfiolleves	672.45	160.87	3.22	6.25	0.73	22.58	0.36	0.60		
			Sárgaborsó főzelék	1 726.46	413.03	18.67	11.28	2.91	58.72	0.78	0.14		
			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:	3 271.98	782.77	29.53	29.75	6.09	98.24	2.55	2.10		
	(00430) Laktózmentes 19-69	E	Karfiolleves	415.22	99.33	4.47	1.75	0.25	16.32	0.02	0.64		
			Sárgaborsó főzelék	1 559.42	373.07	18.12	11.89	3.78	47.96	1.17	0.14		
			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:	3 183.85	761.69	35.12	25.48	6.42	97.16	1.20	2.42		





2/18/2026 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) Májjímélő	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		







2/19/2026 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		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 512.74	840.37	35.91	22.33	4.66	122.54	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		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 512.74	840.37	35.91	22.33	4.66	122.54	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		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
			Összesen:	3 404.19	814.40	39.64	24.20	6.82	113.95	1.10	1.36		





2/19/2026 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		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 203.12	766.30	29.81	24.44	6.16	105.39	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		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 283.35	785.49	37.64	25.93	7.37	104.95	1.88	1.40		





2/20/2026 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		
	(00080) Májkímélő	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		
	(00101) Diab. 180g	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		
	(00158) Gluténmentes 19-69	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		





2/20/2026 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			

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

