



Tételes étlap 2026.02.23. - 2026.03.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/23/2026 hétfő (00001) Normál 19-69 1x		E	Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.83		
			Káposztás tészta	2 296.83	549.48	18.21	14.94	1.94	84.36	0.00	0.88		
			Összesen:	2 960.64	708.29	37.75	20.46	2.66	91.79	0.00	1.71		
2/24/2026 kedd (00001) Normál 19-69 1x		E	Almaleves mir	491.85	117.67	1.82	3.63	1.96	18.85	8.77	0.52		
			Sült csirkecomb filé	841.32	201.27	20.94	12.64	2.16	0.70	0.00	0.24		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11		
			Majonézes kukorica	756.23	180.92	3.09	8.15	2.65	23.72	9.99	0.19		
			Összesen:	3 712.56	888.18	33.85	29.36	7.35	120.77	18.76	1.06		
2/25/2026 szerda (00001) Normál 19-69 1x		E	Zöldségleves snidlinges galuskával	494.47	118.29	5.12	1.14	0.29	21.60	1.85	0.83		
			Csikós tokány	1 192.73	285.34	25.38	16.44	6.01	8.61	0.00	0.82		
			Röszti	1 481.17	354.35	5.43	12.98	2.17	53.53	0.00	0.13		
			Összesen:	3 168.37	757.98	35.93	30.56	8.47	83.74	1.85	1.78		
2/26/2026 csütörtök (00001) Normál 19-69 1x		E	Babgulyás	1 133.52	271.18	24.60	8.85	2.58	22.68	0.00	0.53		
			Pogácsa	2 006.42	480.01	17.20	19.26	7.48	58.91	0.00	1.14		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 285.35	785.98	42.20	28.51	10.06	88.59	0.00	1.68		





2/27/2026 péntek (00001) Normál 19-69 1x	E	Olasz zöldségleves	447.02	106.94	3.18	5.37	1.21	11.22	0.90	0.89			
		Tejszínes gombás csirke	1 110.96	265.78	30.30	10.71	3.74	11.73	1.17	0.25			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	0.11			
		Összesen:	3 181.14	761.04	41.48	21.02	5.53	100.45	2.07	1.25			

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

