



Tételes étlap 2026.04.06. - 2026.04.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/7/2026 kedd	(00050) Epekimélő 19-69, 70+	E Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
		Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
		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		
		Összesen:	3 310.07	791.88	30.82	25.88	6.92	106.86	0.01	1.15		
	(00080) Májkimélő 19-69, 70+	E Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
		Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
		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		
		Összesen:	3 310.07	791.88	30.82	25.88	6.92	106.86	0.01	1.15		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
		Kapormártás	958.72	229.36	4.28	15.64	4.22	17.59	0.00	0.33		
Húsgombóc		826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18			
Főtt burgonya		1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03			
Teljes kiőrlésű kenyér		593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
Összesen:		3 903.68	933.89	36.38	26.61	6.96	134.99	0.01	1.73			





4/7/2026 kedd												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
		Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
		Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40		
		Kapormártás	885.51	211.85	1.44	14.18	3.95	19.37	1.17	0.33		
		Összesen:	3 593.26	859.63	29.57	25.65	6.76	125.52	2.58	1.55		
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Zöldséges rizsleves	427.42	102.25	2.03	2.96	0.35	16.70	0.01	0.61		
		Húsgombóc	826.48	197.72	17.51	6.72	2.28	16.57	0.00	0.18		
		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		
		Kapormártás	913.35	218.51	4.33	14.38	4.05	17.68	1.17	0.33		
		Összesen:	3 922.92	938.50	36.87	25.10	6.93	139.05	3.43	1.22		





4/8/2026 szerda	(00050) Epekímélő 19-69, 70+	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
			Bácskai rizseshús	1 910.21	456.99	25.75	10.42	2.96	64.51	0.00	0.70		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01		
			Összesen:	3 117.47	745.81	31.72	16.55	3.81	116.62	22.17	1.38		
	(00080) Májkímélő 19-69, 70+	E	Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
			Bácskai rizseshús	1 910.21	456.99	25.75	10.42	2.96	64.51	0.00	0.70		
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01		
			Összesen:	3 117.47	745.81	31.72	16.55	3.81	116.62	22.17	1.38		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Reszelttészta leves	601.51	143.90	3.62	6.17	0.78	18.33	0.01	0.57	 	
			Rántott csirkecomb	1 359.31	325.19	26.83	10.95	2.20	29.45	0.80	1.25	 	
			Francia saláta	1 041.48	249.16	5.33	14.75	3.54	23.73	0.00	4.81	 	
			Összesen:	3 002.30	718.25	35.78	31.87	6.52	71.51	0.81	6.63		





4/8/2026 szerda	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Rántott leves	687.34	164.43	1.97	7.05	0.85	23.26	0.05	0.26		
		Zsemle gluténmentes	356.40	85.26	1.59	1.23	0.11	16.88	1.40	0.40			
		Rántott csirkecomb	1 140.65	272.88	27.68	14.77	2.56	6.97	0.00	0.78			
		Francia saláta	1 173.32	280.70	6.70	16.47	4.55	26.45	0.00	2.69			
	Összesen:	3 357.71	803.27	37.94	39.52	8.07	73.56	1.45	4.13				
	(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Reszelttészta leves	734.31	175.67	4.21	8.14	1.01	21.22	0.01	0.59		
		Rántott csirkecomb	1 359.31	325.19	26.83	10.95	2.20	29.45	0.80	1.25			
		Francia saláta	910.22	217.76	5.76	10.41	1.50	25.36	0.00	2.66			
Összesen:		3 003.84	718.62	36.80	29.50	4.71	76.03	0.81	4.50				





4/9/2026 csütörtök	(00050) Epekímélő 19-69, 70+	E	Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.79	0.17			
			Zsemlekocka	290.25	69.44	1.52	2.90	0.36	9.23	0.55	0.11			
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60			
			Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03			
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50			
			Összesen:	3 057.95	731.56	33.99	27.30	6.72	85.45	1.34	1.41			
	(00080) Májikímélő 19-69, 70+	E	Zöldségkrémleves	596.17	142.62	3.87	6.35	2.34	17.22	0.79	0.17			
			Zsemlekocka	290.25	69.44	1.52	2.90	0.36	9.23	0.55	0.11			
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	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:	3 136.34	750.32	34.49	27.34	6.72	89.45	1.34	1.41			
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Fokhagymakrémleves	446.08	106.72	3.52	4.15	2.47	13.69	0.98	0.33			
			Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10			
			Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60			
			Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03			
			Káposzta saláta	145.46	34.80	1.70	0.22	0.03	6.19	0.00	1.02			
			Összesen:	2 935.57	702.28	34.06	26.13	6.98	80.56	0.98	2.08			





4/9/2026 csütörtök												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Fokhagymakrémleves	426.05	101.92	1.45	3.24	1.93	16.62	0.78	0.32		
		Zsemlekocka	160.38	38.37	0.72	0.55	0.05	7.60	0.63	0.18		
		Sertéssült	876.20	209.62	21.00	13.67	3.52	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		
		Káposzta saláta	311.91	74.62	1.72	0.27	0.03	15.97	9.99	0.23		
		Összesen:	3 231.05	772.98	32.39	25.76	6.45	100.59	11.40	1.36		
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Fokhagymakrémleves	360.19	86.17	2.64	4.11	2.45	9.56	0.98	0.33		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Sertéssült	735.87	176.04	21.00	9.96	3.10	0.40	0.00	0.60		
		Tört burgonya	1 378.12	329.69	7.00	7.99	0.92	56.00	0.00	0.03		
		Káposzta saláta	311.91	74.62	1.72	0.27	0.03	15.97	9.99	0.23		
		Összesen:	3 016.13	721.55	33.20	26.14	6.96	86.21	10.97	1.29		





4/10/2026 péntek	(00050) Epekímélő 19-69, 70+	E	Zöldségleves	265.39	63.49	2.69	1.33	0.17	10.00	0.77	1.18			
			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	1.00			
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01			
			Összesen:	3 148.15	753.15	33.07	17.29	3.98	114.99	21.97	2.79			
	(00080) Májkímélő 19-69, 70+	E	Daragaluska leves	599.57	143.44	4.64	5.75	0.81	18.05	0.02	1.13			
			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	1.00			
			Őszibarackbefőtt, hámozott	367.03	87.81	0.50	0.00	0.00	21.20	21.20	0.01			
			Összesen:	3 482.33	833.10	35.02	21.71	4.62	123.04	21.22	2.74			
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Daragaluska leves	599.57	143.44	4.64	5.75	0.81	18.05	0.02	1.13			
			Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00				
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01				
		Összesen:	3 588.01	858.38	35.75	25.51	4.60	120.06	0.02	3.46				





4/10/2026 péntek	(00158) Gluténmentes 19-69	E Zöldségleves	361.44	86.47	2.55	2.31	0.28	13.58	0.93	0.19			
		Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00			
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01			
		Összesen:	3 349.88	801.41	33.66	22.07	4.07	115.59	0.93	2.52			
	(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E Daragaluska leves	599.57	143.44	4.64	5.75	0.81	18.05	0.02	1.13			
		Mexikói sertésragu	1 248.95	298.79	22.79	14.50	3.21	18.91	0.00	1.32			
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00			
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01			
Összesen:		3 588.01	858.38	35.75	25.51	4.60	120.06	0.02	3.46				

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

