



Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/27/2026 hétfő	(00050) Epekimélő 19-69, 70+	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) Májkimélő 19-69, 70+	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) Diabetes 180g 19-69, 70+	E Zellerkrémleves mir.	458.17	109.61	3.33	4.61	2.12	13.23	0.83	0.67		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Tészta köret TK	1 234.97	295.45	11.77	4.89	0.71	50.75	0.10	2.62		
		Trappista sajt	155.44	37.19	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.04		
		Bolognai ragu	758.25	181.40	17.39	7.52	2.42	10.83	7.99	0.32		
		Összesen:	2 836.87	678.68	36.10	23.64	7.50	79.25	8.92	3.75		





4/27/2026 hétfő		(00158) Gluténmentes 19-69											
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	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			
	Zellerkrémleves	493.26	118.00	3.33	5.54	2.23	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 TK	1 234.97	295.45	11.77	4.89	0.71	50.75	0.10	2.62					
Trappistasajt laktózmentes	155.44	37.19	2.77	2.81	1.79	0.16	0.00	0.24					
Összesen:	2 871.96	687.07	36.10	24.57	7.61	79.25	8.92	3.75					





4/28/2026 kedd	(00050) Epekimélő 19-69, 70+	E	Almaleves mir	491.85	117.67	1.82	3.63	1.96	18.85	8.77	0.52		
			Párolt halfilé 19-69	677.32	162.04	15.29	10.60	1.84	0.26	0.00	1.72		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Összesen:	2 792.33	668.03	25.11	19.17	4.38	96.61	8.77	3.24		
	(00080) Májkimélő 19-69, 70+	E	Almaleves mir	491.85	117.67	1.82	3.63	1.96	18.85	8.77	0.52		
			Párolt halfilé 19-69	677.32	162.04	15.29	10.60	1.84	0.26	0.00	1.72		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Összesen:	2 792.33	668.03	25.11	19.17	4.38	96.61	8.77	3.24		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Almaleves	414.23	99.10	2.05	4.48	2.08	12.17	0.00	1.01		
			Párolt halfilé 19-69	677.32	162.04	15.29	10.60	1.84	0.26	0.00	1.72		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Majonézes kukorica	600.73	143.72	2.73	4.48	1.38	22.95	9.99	0.10		
		Összesen:	3 315.44	793.18	28.07	24.50	5.88	112.88	9.99	3.83			





4/28/2026 kedd	(00158) Gluténmentes 19-69	E	Almaleves mir	396.79	94.93	1.03	3.55	1.93	14.20	3.78	0.52		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Majonézes kukorica	584.62	139.86	2.77	6.13	1.63	18.36	5.00	0.18		
			Rántott hal	1 401.73	335.34	21.09	14.06	2.53	29.26	0.67	0.51		
			Összesen:	4 006.30	958.45	32.89	28.68	6.67	139.32	9.45	2.21		
	(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Almaleves mir	407.94	97.59	1.82	3.63	1.96	13.86	3.78	0.52		
			Panírozott halrudak	879.25	210.35	12.58	8.57	0.72	20.45	0.00	1.26		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Majonézes kukorica	648.63	155.18	2.50	5.77	0.86	23.41	9.99	0.26		
		Összesen:	3 558.98	851.44	24.90	22.91	4.12	135.22	13.77	3.04			





4/29/2026 szerda	(00050) Epekimelő 19-69, 70+	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	953.73	228.16	8.63	5.05	0.98	36.72	1.13	0.77		
			Aprópecsenye	861.86	206.19	21.16	12.75	3.42	1.43	0.00	1.00		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	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:	2 970.58	710.67	37.39	18.46	4.47	96.75	1.13	2.30		
	(00080) Májkimelő 19-69, 70+	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	953.73	228.16	8.63	5.05	0.98	36.72	1.13	0.77		
			Aprópecsenye	861.86	206.19	21.16	12.75	3.42	1.43	0.00	1.00		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	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:	2 970.58	710.67	37.39	18.46	4.47	96.75	1.13	2.30		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	494.47	118.29	5.12	1.14	0.29	21.60	1.85	0.83		
			Csikós tokány	1 128.54	269.98	25.29	14.78	5.63	8.61	0.00	0.79		
		Röszti	1 615.82	386.56	5.93	10.80	2.36	58.39	2.34	0.14			
		Összesen:	3 238.83	774.83	36.34	26.72	8.28	88.60	4.19	1.76			





4/29/2026 szerda												
(00158) Laktózmentes 19-69, 70+ Gluténmentes 19-69	E	Zöldségleves	361.44	86.47	2.55	2.31	0.28	13.58	0.93	0.19		
		Csikós tokány	1 006.74	240.85	18.21	13.11	5.00	12.21	0.78	0.76		
		Röszti	1 683.15	402.67	6.18	11.25	2.46	60.83	2.43	0.15		
		Összesen:	3 051.33	729.99	26.94	26.67	7.74	86.62	4.14	1.10		
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+ Gluténmentes 19-69, 70+	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	494.47	118.29	5.12	1.14	0.29	21.60	1.85	0.83		
		Csikós tokány	956.63	228.86	19.38	12.26	4.94	9.96	0.78	0.76		
		Röszti	1 615.82	386.56	5.93	10.80	2.36	58.39	2.34	0.14		
		Összesen:	3 066.92	733.71	30.43	24.20	7.59	89.95	4.97	1.73		





4/30/2026 csütörtök	(00050) Epekímélő 19-69, 70+	E	Sertésraguleves	557.88	133.46	13.74	5.97	1.85	5.85	0.00	0.77					
			Pogácsa	2 086.89	499.26	18.54	17.66	6.97	65.95	0.00	1.13					
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01					
			Összesen:	2 790.18	667.51	32.68	24.03	8.82	78.80	0.00	1.91					
	(00080) Májkímélő 19-69, 70+	E	Sertésraguleves	557.88	133.46	13.74	5.97	1.85	5.85	0.00	0.77					
			Pogácsa	2 086.89	499.26	18.54	17.66	6.97	65.95	0.00	1.13					
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01					
			Összesen:	2 790.18	667.51	32.68	24.03	8.82	78.80	0.00	1.91					
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Babgulyás	1 264.98	302.63	26.79	8.95	2.60	28.09	0.00	0.53					
			Ezüstgaluska	1 715.84	410.49	14.46	13.06	4.22	58.00	6.99	0.70					
			Vaniliasodó	619.04	148.09	6.80	5.60	3.04	17.48	0.00	0.27					
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01					
		Összesen:	3 745.27	896.00	48.45	28.01	9.86	110.57	6.99	1.51						





4/30/2026 csütörtök															
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Gulyásleves	1 009.73	241.56	16.62	7.35	2.03	26.55	0.05	0.81					
		Ezüstgaluska	1 785.21	427.08	7.41	14.36	4.43	65.50	7.65	0.73	 				
		Vaniliasodó	782.06	187.09	6.80	5.60	3.04	27.19	7.99	0.28					
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01					
		Összesen:	3 722.41	890.52	31.23	27.71	9.50	126.24	15.69	1.83					
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Babgulyás	1 264.98	302.63	26.79	8.95	2.60	28.09	0.00	0.53					
		Ezüstgaluska	1 676.86	401.16	12.77	14.13	3.89	54.96	6.99	0.63	 				
		Vaniliasodó	364.07	87.10	0.60	0.80	0.00	19.31	7.99	0.29					
		Alma	290.83	69.58	0.80	0.80	0.00	14.00	0.00	0.02					
		Összesen:	3 596.74	860.47	40.96	24.68	6.49	116.36	14.98	1.47					

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

