



Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/4/2026 hétfő	(00001) Normál 19-69 1x	E Csirkeraguleves	663.81	158.81	19.54	5.52	0.72	7.43	0.00	0.74		
		Káposztás tészta	1 916.62	458.52	16.61	8.24	1.17	78.66	0.00	0.85		
		Összesen:	2 580.43	617.33	36.15	13.76	1.89	86.09	0.00	1.59		
5/5/2026 kedd	(00001) Normál 19-69 1x	E Karfiolleves	485.39	116.12	4.47	3.61	0.46	16.32	0.02	0.64		
		Sárgaborsó főzelék	1 444.89	345.67	18.62	7.90	2.68	49.63	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:	3 040.56	727.41	34.70	23.23	5.52	94.14	0.03	2.43		
5/6/2026 szerda	(00001) Normál 19-69 1x	E Csurgatott tojás leves	549.25	131.40	5.29	4.97	0.91	16.22	0.00	0.55		
		Temesvári sertésragu	1 032.44	247.00	19.92	14.42	5.33	9.02	0.00	0.76		
		Bulgur	1 501.17	359.13	12.29	3.19	0.44	75.87	1.10	0.53		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 199.19	765.36	37.82	22.90	6.68	106.71	1.10	1.85		





<b>5/7/2026</b> csütörtök (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Paradicsomleves	802.53	191.99	4.27	4.51	0.46	33.28	14.99	0.92		
		Sült csirkecomb filé	616.79	147.56	20.94	6.70	1.48	0.70	0.00	0.24		
		Burgonyapüré	1 561.94	373.67	10.42	8.96	3.11	61.33	0.00	0.22		
		Céklasaláta	60.61	14.50	0.40	0.05	0.00	3.10	6.95	0.10		
		Összesen:	3 041.87	727.72	36.03	20.22	5.05	98.41	21.94	1.48		
<b>5/8/2026</b> péntek (00001) Normál 19-69 1x	<b>E</b>	Olasz zöldségleves	411.93	98.55	3.18	4.44	1.10	11.22	0.90	0.89		
		Tejszínes gombás csirke	1 040.79	248.99	30.30	8.85	3.53	11.73	1.17	0.25		
		Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
		Összesen:	3 075.88	735.86	41.48	18.23	5.21	100.45	2.07	2.14		

Dietetikus: Szabó Adrienne  
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

