



Tételes étlap 2026.05.18. - 2026.05.24.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/18/2026 hétfő	(00050) Epekimélő 19-69, 70+	E Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.80		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	183.52	43.90	0.25	0.00	0.00	10.60	10.60	0.00		
		Vadas sertésragu	1 007.65	241.06	19.26	11.12	4.39	15.48	5.00	0.93		
		Összesen:	3 741.82	895.16	39.98	23.43	6.18	129.89	16.57	2.40		
	(00080) Májkimélő 19-69, 70+	E Rántott leves zsemlekockával	840.23	201.01	5.47	6.13	0.85	30.91	0.97	0.67		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.80		
		Őszibarackbefőtt, hámozott	183.52	43.90	0.25	0.00	0.00	10.60	10.60	0.00		
		Vadas sertésragu	1 007.65	241.06	19.26	11.12	4.39	15.48	5.00	0.93		
		Összesen:	3 741.82	895.16	39.98	23.43	6.18	129.89	16.57	2.40		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E Csurgatott tojás leves	593.29	141.93	6.23	5.93	1.16	15.74	0.00	0.09		
		Vadasmártás	727.78	174.11	2.98	11.99	2.95	13.20	0.00	3.15		
Tészta köret		1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.80			
Összesen:		3 031.49	725.23	24.21	24.10	5.05	101.84	0.00	4.04			





5/18/2026 hétfő												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Csurgatott tojás leves	466.51	111.60	2.51	4.78	0.82	14.50	0.00	0.26		
		Vadas sertésragu	1 236.53	295.82	23.02	12.66	5.31	21.88	6.97	0.98		
		Tészta köret	1 522.17	364.15	4.00	3.46	0.45	77.00	3.36	0.34		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	20.57	0.06		
		Összesen:	3 663.98	876.54	30.83	21.00	6.58	137.58	30.90	1.64		
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Csurgatott tojás leves	465.68	111.41	4.48	4.92	0.89	12.17	0.00	0.06		
		Vadas sertésragu	1 043.97	249.75	21.39	11.09	4.57	15.58	5.78	1.45		
		Tészta köret	1 710.42	409.19	15.00	6.18	0.94	72.90	0.00	0.80		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	20.57	0.06		
		Összesen:	3 658.84	875.32	42.17	22.29	6.40	124.85	26.35	2.37		





5/19/2026 kedd	(00050) Epekimelő 19-69, 70+	E	Májgombóclevés	1 268.68	303.51	13.92	10.60	6.56	36.67	2.23	3.11		
			Sült csirkecomb filé	616.79	147.56	20.94	6.70	1.48	0.70	0.00	0.24		
			Petrezselymes burgonya	1 285.55	307.55	7.22	5.22	0.60	56.49	0.00	1.02		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Összesen:	3 199.79	765.50	42.38	22.57	8.64	95.16	2.23	4.62		
	(00080) Májkimelő 19-69, 70+	E	Májgombóclevés	1 268.68	303.51	13.92	10.60	6.56	36.67	2.23	3.11		
			Sült csirkecomb filé	616.79	147.56	20.94	6.70	1.48	0.70	0.00	0.24		
			Petrezselymes burgonya	1 285.55	307.55	7.22	5.22	0.60	56.49	0.00	0.43		
			Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
			Összesen:	3 199.79	765.50	42.38	22.57	8.64	95.16	2.23	4.03		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Májgombóclevés	1 268.68	303.51	13.92	10.60	6.56	36.67	2.23	3.11		
			Sült csirkecomb filé	616.79	147.56	20.94	6.70	1.48	0.70	0.00	0.24		
		Petrezselymes burgonya	1 167.97	279.42	6.47	5.16	0.59	50.49	0.00	0.42			
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20			
		Összesen:	3 174.66	759.49	42.13	22.56	8.63	94.06	16.12	3.97			





5/19/2026 kedd		(00158)												
Laktózmentes 19-69, 70+ (00430)	E	Májgaluska leves	653.45	156.33	14.24	3.26	1.11	17.34	0.05	0.65				
		Sült csirkecomb filé	616.79	147.56	20.94	6.70	1.48	0.70	0.00	0.24				
		Petrezselymes burgonya	1 167.97	279.42	6.47	5.16	0.59	50.49	0.00	0.42				
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20				
	Összesen:	2 559.43	612.31	42.45	15.22	3.18	74.73	13.94	1.51					
Laktózmentes 19-69, 70+ (00430)	E	Májgaluska leves	709.07	169.63	15.57	3.36	1.18	19.08	0.05	0.64				
		Sült csirkecomb filé	616.79	147.56	20.94	6.70	1.48	0.70	0.00	0.24				
		Petrezselymes burgonya	1 167.97	279.42	6.47	5.16	0.59	50.49	0.00	0.42				
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20				
	Összesen:	2 615.05	625.61	43.78	15.32	3.25	76.47	13.94	1.50					





5/20/2026 szerda	(00050) Epekímélő 19-69, 70+	E	Virslis burgonyaleves	750.48	179.54	4.97	5.14	1.13	27.61	0.00	0.71		
			Sajtos-tejfölös tészta	2 214.24	529.72	21.48	16.01	7.35	74.30	0.00	1.22	 	
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 081.05	737.09	26.77	21.47	8.48	107.51	0.00	1.94		
	(00080) Májkímélő 19-69, 70+	E	Virslis burgonyaleves	750.48	179.54	4.97	5.14	1.13	27.61	0.00	0.71		
			Sajtos-tejfölös tészta	2 580.17	617.26	24.88	23.79	11.28	75.19	0.00	1.28	 	
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 446.98	824.63	30.17	29.25	12.41	108.40	0.00	2.00		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Frankfurti leves	986.81	236.08	9.29	14.38	4.88	17.10	0.05	0.92	 	
			Mákos nudli	2 347.52	561.61	13.20	7.80	1.55	80.67	14.99	1.85	 	
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 450.66	825.52	22.81	22.50	6.43	103.37	15.04	2.78		





5/20/2026 szerda	(00158) Laktózmentes 19-69, 70+ Gluténmentes 19-69	E	Legényfogó leves	951.38	227.60	27.55	5.01	2.43	17.59	0.78	1.00		
			Mákos nudli	1 944.04	465.08	9.68	8.56	2.11	85.94	19.98	0.03		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 011.75	720.51	37.55	13.89	4.54	109.13	20.76	1.04		
	(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Frankfurti leves	570.51	136.49	6.76	7.69	3.54	9.99	0.83	0.57		
			Mákos nudli	2 347.52	561.61	13.20	7.80	1.55	80.67	14.99	1.85		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 034.36	725.93	20.28	15.81	5.09	96.26	15.82	2.43			





5/21/2026 csütörtök	(00050) Epekimelő 19-69, 70+	E	Húsleves cérnametélttel	412.41	98.66	6.86	2.13	0.67	12.82	0.01	0.72		
			Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Meggy mártás mir.	884.01	211.48	2.95	4.77	2.09	37.63	16.48	0.52		
			Összesen:	3 067.84	733.93	37.87	15.57	5.72	107.27	16.49	1.48		
	(00080) Májkimelő 19-69, 70+	E	Húsleves cérnametélttel	412.41	98.66	6.86	2.13	0.67	12.82	0.01	0.72		
			Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
			Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
			Meggy mártás mir.	884.01	211.48	2.95	4.77	2.09	37.63	16.48	0.52		
			Összesen:	3 067.84	733.93	37.87	15.57	5.72	107.27	16.49	1.48		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Húsleves cérnametélttel	412.41	98.66	6.86	2.13	0.67	12.82	0.01	0.72		
			Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
		Pirított dara	960.01	229.67	4.70	7.00	0.99	36.70	0.00	0.50			
		Meggy mártás	775.25	185.47	3.32	4.64	2.12	31.33	10.99	0.52			
		Összesen:	2 821.64	675.04	35.94	21.88	6.67	81.67	11.00	1.95			





5/21/2026 csütörtök												
(00158) Gluténmentes 19-69	E	Húsleves tészta betéttel	734.24	175.66	16.26	6.03	2.08	13.64	0.52	0.78		
		Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
		Meggy mártás mir.	894.12	213.90	1.72	3.93	1.95	41.48	17.26	0.53		
		Főtt burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.03		
		Összesen:	3 399.78	813.35	46.04	18.63	6.99	111.94	17.78	1.55		
(00430) Laktózmentes 19-69, 70+	E	Húsleves cérnametéllel	412.41	98.66	6.86	2.13	0.67	12.82	0.01	0.72	 	
		Párolt sertésszelet	673.97	161.24	21.06	8.11	2.89	0.82	0.00	0.21		
		Meggy mártás mir.	924.71	221.22	3.42	4.05	2.02	41.32	18.26	0.53		
		Pirított dara	960.01	229.67	4.70	7.00	0.99	36.70	0.00	0.50		
		Összesen:	2 971.10	710.79	36.04	21.29	6.57	91.66	18.27	1.96		





5/22/2026 péntek	(00050) Epekimelő 19-69, 70+	E	Karalábepüréleves	588.28	140.74	3.64	6.95	0.85	15.82	0.05	1.09		
			Párolt csirkecomb	645.68	154.47	24.77	5.65	0.78	0.96	0.00	0.19		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Csemege uborka	5.75	1.38	0.06	0.01	0.00	0.26	0.00	0.05		
			Összesen:	2 862.87	684.91	36.47	17.55	2.21	94.54	0.05	2.33		
	(00080) Májkimelő 19-69, 70+	E	Karalábepüréleves	588.28	140.74	3.64	6.95	0.85	15.82	0.05	1.09		
			Párolt csirkecomb	645.68	154.47	24.77	5.65	0.78	0.96	0.00	0.19		
			Párolt rizs	1 623.16	388.32	8.00	4.94	0.58	77.50	0.00	1.00		
			Csemege uborka	5.75	1.38	0.06	0.01	0.00	0.26	0.00	0.05		
			Összesen:	2 862.87	684.91	36.47	17.55	2.21	94.54	0.05	2.33		
	(00101) Diabetes 180g 19-69, 70+	E	Lencsekrémleves	799.26	191.21	11.58	2.98	0.35	29.45	2.05	0.54	 	
			Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21	 	
		Csirkemell-máj rizottó	1 977.46	473.08	32.33	6.71	1.11	70.34	0.05	0.78			
		Csemege uborka	5.75	1.38	0.06	0.01	0.00	0.26	0.00	0.05			
		Összesen:	3 242.55	775.74	45.64	17.33	2.39	108.60	2.10	1.58			





5/22/2026 péntek		(00158)									Gluténmentes 19-69		
E	Lencsekrémleves	1 166.45	279.06	16.28	3.33	0.37	45.83	2.05	0.55				
	Zsemlekocka	160.38	38.37	0.72	0.55	0.05	7.60	0.63	0.18				
	Csirkemell-máj rizottó	1 977.46	473.08	32.33	6.71	1.11	70.34	0.05	0.78				
	Csemege uborka	5.75	1.38	0.06	0.01	0.00	0.26	0.00	0.05				
	Összesen:	3 310.04	791.89	49.39	10.60	1.53	124.03	2.73	1.56				
E	(00430)									Laktózmentes 19-69, 70+			
	Lencsekrémleves	799.26	191.21	11.58	2.98	0.35	29.45	2.05	0.54				
	Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21				
	Csirkemell-máj rizottó	2 076.20	496.70	36.80	7.18	1.28	70.69	0.05	0.81				
	Csemege uborka	5.75	1.38	0.06	0.01	0.00	0.26	0.00	0.05				
Összesen:	3 341.29	799.36	50.11	17.80	2.56	108.95	2.10	1.61					

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

