



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/11/2026 hétfő	(00134) Laktózmentes 11-14	E Sertésraguleves	679.42	162.54	12.78	8.90	1.99	7.50	0.00	0.71		
		Burgonyás tészta	2 757.94	659.79	18.11	17.17	2.15	106.52	0.00	1.51		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 494.90	836.10	31.49	26.17	4.14	116.62	0.00	2.72		
	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E Sertésraguleves	672.23	160.82	16.98	6.80	2.14	7.58	0.00	0.56		
		Burgonyás tészta	2 518.56	602.53	17.24	14.32	1.82	99.69	0.00	1.01		
		Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
Összesen:	3 219.56	770.23	34.52	21.17	3.96	108.57	0.00	1.82				





5/12/2026 kedd													
(00134) Laktózmentes 11-14	E	Daragaluska leves	631.31	151.03	4.54	6.84	0.97	17.54	0.00	0.62			
		Sertés pörkölt	871.23	208.43	19.46	12.98	3.24	3.17	0.00	0.69			
		Tökfőzelék	779.18	186.41	5.07	7.36	2.46	24.64	0.81	0.56			
		Teljes kiőrlésű kenyér	692.54	165.68	6.48	0.85	0.05	32.82	0.00	0.68			
		Összesen:	2 974.26	711.55	35.55	28.03	6.72	78.17	0.81	2.55			
(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Daragaluska leves	724.37	173.29	5.41	6.00	0.90	24.09	0.00	0.13			
		Tökfőzelék	797.56	190.80	5.26	7.30	2.48	25.71	0.03	0.07			
		Sertés pörkölt	897.47	214.71	19.89	12.48	4.45	5.41	0.00	0.21			
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58			
		Összesen:	3 013.01	720.81	36.12	26.51	7.87	83.34	0.03	0.99			





5/13/2026 szerda	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Tökmagos rántott sertéskaraj	1 595.16	381.61	24.99	22.18	4.65	20.05	0.51	1.04	 	
			Spenótos burgonyapüré	1 141.20	273.02	6.36	6.12	1.58	46.92	0.00	0.61		
			Gyümölcslé - Alma 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		
			Összesen:	3 390.62	811.15	32.69	28.40	6.23	103.27	0.51	1.68		
	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Gyümölcslé - Alma 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
			Tökmagos rántott sertéskaraj	1 553.05	371.54	27.44	14.13	3.76	33.21	0.96	0.80	 	
			Spenótos burgonyapüré	1 180.20	282.34	8.21	4.90	1.62	50.14	0.00	0.14		
			Gyöngyhagyma savanyúság	165.44	39.58	1.20	0.10	0.00	8.30	0.00	0.02		
			Összesen:	3 387.51	810.40	36.99	19.13	5.38	119.65	0.96	0.97		





5/14/2026 csütörtök (00134) Laktózmentes 11-14	E	Bakonyi betyárleves	1 009.76	241.57	16.43	13.66	5.64	12.86	0.78	0.89		
		Szilvalekváros gombóc	2 136.18	511.05	12.07	4.79	0.45	101.13	15.95	1.08		
		Narancs	173.11	41.41	0.60	0.20	0.00	8.50	0.00	0.01		
		Összesen:	3 319.05	794.03	29.10	18.65	6.09	122.49	16.73	1.98		
5/14/2026 csütörtök (00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Bakonyi betyárleves	1 040.01	248.81	16.40	14.50	5.75	12.81	0.00	0.89		
		Szilvás gombóc	2 361.74	565.01	13.35	11.17	1.59	100.93	18.62	0.94		
		Összesen:	3 401.75	813.82	29.75	25.67	7.34	113.74	18.62	1.83		





5/15/2026											
péntek											
(00134)											
Laktózmentes 11-14											
E	Brokkolikrémleves	470.56	112.57	5.24	4.30	2.48	13.11	0.98	0.25		
	Kapros csirkeragu	786.89	188.25	15.93	8.30	3.97	12.24	0.98	0.74		
	Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
	Levesgyöngy	345.06	82.55	1.25	5.72	0.70	6.41	0.00	0.16		
	Összesen:	3 041.37	727.60	28.82	25.99	8.04	93.76	1.96	1.36		
(00151)											
Fruktóz sz. 11-14											
E	Brokkolikrémleves	322.00	77.03	4.18	2.26	0.30	10.06	0.05	0.52		
	Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
	Kapros csirkeragu	817.23	195.51	17.06	7.78	3.62	14.09	0.70	0.79		
	Párolt rizs	1 403.78	335.83	6.40	6.74	0.78	62.00	0.00	0.21		
	Összesen:	2 773.05	663.40	28.48	20.59	5.16	90.43	0.75	1.62		

Dietetikus: Szabó Adrienne
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

