



Tételes étlap 2026.05.18. - 2026.05.24.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/18/2026 hétfő	(00134) Laktózmentes 11-14	E Csurgatott tojás leves	605.56	144.87	5.69	7.74	1.35	12.92	0.00	0.09		
		Vadas sertésragu	979.84	234.41	19.18	10.22	4.28	15.95	6.77	0.52		
		Tészta köret	1 354.30	324.00	12.00	4.58	0.71	58.32	0.00	0.64		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	20.57	0.06		
		Összesen:	3 378.47	808.25	38.17	22.64	6.34	111.39	27.34	1.31		
	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E Csurgatott tojás leves	600.75	143.72	5.69	6.37	1.14	15.72	0.00	0.07		
		Vadas sertésragu	996.48	238.39	19.54	12.98	5.55	10.36	0.47	0.53		
		Tészta köret	1 389.39	332.39	12.00	5.50	0.81	58.32	0.00	0.64		
		Összesen:	2 986.62	714.50	37.23	24.85	7.50	84.40	0.47	1.24		





5/19/2026 kedd													
(00134) Laktózmentes 11-14	E	Májgombóclevés	1 099.93	263.14	12.35	8.88	5.47	32.21	1.86	1.78			
		Sült csirkecomb filé	526.32	125.91	16.85	6.03	1.26	0.92	0.00	0.19			
		Petrezselymes burgonya	1 340.85	320.78	6.43	9.80	1.12	50.39	0.00	0.37			
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20			
		Összesen:	3 088.32	738.83	36.43	24.81	7.85	89.72	15.75	2.54			
(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Májgombóclevés	911.63	218.09	10.33	7.15	4.38	27.08	1.49	1.45			
		Sült csirkecomb filé	672.62	160.91	21.03	8.00	1.63	1.02	0.00	0.24			
		Petrezselymes burgonya	1 270.68	303.99	6.43	7.94	0.91	50.39	0.00	0.37			
		Céklasaláta	121.22	29.00	0.80	0.10	0.00	6.20	13.89	0.20			
		Összesen:	2 976.15	711.99	38.59	23.19	6.92	84.69	15.38	2.26			





5/20/2026 szerda	(00134) Fruktóz sz. 11-14 Laktózmentes 11-14	E	Frankfurti leves	909.57	217.60	8.19	14.32	4.86	13.82	0.82	0.57		
			Mákos nudli	1 978.51	473.33	10.85	7.08	1.21	66.38	9.99	1.60		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 004.41	718.76	19.36	21.72	6.07	85.80	10.81	2.18		
	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Frankfurti leves	838.73	200.65	7.47	12.83	4.28	13.68	0.04	0.54		
			Mákos nudli	2 030.64	485.80	12.30	11.06	2.47	82.84	19.98	0.03		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	2 985.70	714.28	20.09	24.21	6.75	102.12	20.02	0.58			





5/21/2026 csütörtök												
(00134) Laktózmentes 11-14	E	Húsleves	650.29	155.57	8.99	2.71	0.78	23.67	0.05	0.30		
		Párolt sertésszelet	635.88	152.12	19.15	7.44	2.64	2.12	0.05	0.19		
		Meggymártás	1 260.98	301.67	4.37	4.12	2.05	60.23	32.25	0.53		
		Pirított dara	782.04	187.09	3.76	5.97	0.83	29.36	0.00	0.45		
		Összesen:	3 329.19	796.45	36.27	20.24	6.30	115.38	32.35	1.47		
(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Húsleves	650.29	155.57	8.99	2.71	0.78	23.67	0.05	0.30		
		Párolt sertésszelet	635.88	152.12	19.15	7.44	2.64	2.12	0.05	0.19		
		Meggymártás	722.29	172.80	2.97	0.68	0.09	37.39	14.99	0.51		
		Pirított dara	1 102.89	263.85	5.64	7.10	1.04	44.04	0.00	0.45		
		Összesen:	3 111.35	744.34	36.75	17.93	4.55	107.22	15.09	1.45		





5/22/2026											
péntek											
(00134)	Laktózmentes 11-14										
E	Lencsekrémleves	1 062.02	254.07	9.52	8.40	0.99	34.96	10.04	0.54		
	Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
	Csirkemell-máj rizottó	1 925.72	460.70	31.00	6.48	1.03	69.09	0.04	0.75		
	Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
	Összesen:	3 275.32	783.57	41.96	18.79	2.48	110.93	10.08	1.89		
(00151)	Fruktóz sz. 11-14										
E	Lencsekrémleves	1 185.13	283.53	12.12	8.59	1.01	39.26	9.04	0.54		
	Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21		
	Csirkemell-máj rizottó	1 835.75	439.17	29.53	4.71	0.87	69.19	0.04	0.74		
	Csemege uborka	28.77	6.88	0.30	0.05	0.00	1.30	0.00	0.25		
	Összesen:	3 509.73	839.65	43.62	20.98	2.81	118.30	9.08	1.74		

Dietetikus: Szabó Adrienne  
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

