



### Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2026 kedd	(00134) Laktózmentes 11-14	E Csurgatott tojás leves	605.56	144.87	5.69	7.74	1.35	12.92	0.00	0.09		
		Zöldborsós sertésragu	1 388.84	332.26	25.45	17.70	5.76	17.39	0.62	0.36		
		Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
		Banán	570.40	136.46	1.69	0.13	0.00	31.46	26.74	0.07		
	Összesen:	4 003.66	957.82	39.23	33.24	8.00	123.77	27.36	0.73			
	(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		
		Zöldborsós sertésragu	1 186.71	283.90	23.09	13.50	4.50	17.16	0.43	0.30		
		Párolt rizs	1 403.78	335.83	6.40	6.74	0.78	62.00	0.00	0.21		
Összesen:		3 191.24	763.45	35.18	26.61	6.42	94.88	0.43	0.58			





5/27/2026 szerda												
(00134) Laktózmentes 11-14	E	Csontleves	780.68	186.76	8.05	3.37	0.52	31.07	0.00	0.65		
		Paradicsomos káposzta	1 212.51	290.08	7.36	5.60	0.68	51.71	19.98	0.51		
		Sertéssült	841.12	201.22	21.00	12.74	3.42	0.40	0.00	0.46		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		Összesen:	3 427.92	820.07	41.97	22.44	4.66	111.31	19.98	2.20		
(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Csontleves	459.64	109.96	5.05	2.69	0.39	16.49	0.00	0.53		
		Paradicsomos káposzta	1 532.66	366.67	8.71	10.34	1.26	58.75	19.98	0.51		
		Sertéssült	792.00	189.47	21.00	11.44	3.27	0.40	0.00	0.46		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
		Összesen:	3 278.97	784.44	39.39	25.08	4.96	99.08	19.98	1.99		





<b>5/28/2026</b> <b>csütörtök</b>	(00134) Laktózmentes 11-14	E	Nyírségi gombóclevés	932.27	223.03	22.56	5.97	2.70	19.01	5.22	0.52		
			Darásmetélt	2 031.09	485.91	15.76	7.76	1.22	87.68	0.00	0.50		
			Sárgabarackdzsem	329.29	78.78	0.12	0.00	0.00	19.35	19.35	0.01		
			Összesen:	3 292.65	787.72	38.44	13.73	3.92	126.04	24.57	1.03		
	(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Nyírségi gombóclevés	658.36	157.50	18.74	3.77	1.91	11.77	0.70	0.41		
			Burgonyás tészta	2 518.56	602.53	17.24	14.32	1.82	99.69	0.00	1.01		
			Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.50		
		Összesen:	3 234.46	773.80	36.58	18.19	3.73	114.06	0.70	1.92			





5/29/2026 péntek												
(00134) Laktózmentes 11-14	E	Gyümölcslé - Alma 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
		Bácskai rizseshús	1 910.43	457.04	25.76	10.40	2.96	64.54	0.00	0.26		
		Káposzta saláta	231.32	55.34	1.56	0.25	0.03	11.40	5.99	0.13		
		Laktózmentes túró rudi, Mizo	499.66	119.54	2.98	6.12	3.25	12.98	12.60	0.02		
		Összesen:	3 130.23	748.86	30.44	16.77	6.24	116.92	18.59	0.42		
(00151) Fruktóz sz. 11-14	E	Sütötök krémleves	560.29	134.04	2.37	3.86	1.57	22.30	5.58	0.03		
		Levesgyöngy	230.04	55.03	0.84	3.81	0.46	4.28	0.00	0.10		
		Bácskai rizseshús	1 910.43	457.04	25.76	10.40	2.96	64.54	0.00	0.26		
		Káposzta saláta	231.32	55.34	1.56	0.25	0.03	11.40	5.99	0.13		
		Összesen:	2 932.08	701.45	30.53	18.32	5.02	102.52	11.57	0.52		

Dietetikus: Szabó Adrienne  
Élelmezésvezető: Strohmajer Miklós

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk!

