



Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00120) Szociális normál	Ebéd	Francia hagymaleves , Sült csirkecomb , Főtt burgonya, Almamártás			Tojásleves, Zöldbabfőzelék, Rántott párizsi			Tyúkhúsleves, Túrós gombóc vaníliás tejföllel			Burgonyakréml e s, Csirkés rizottó			Zöldségleves, Sertéspaprikás, Galuska köret			Barackleves, Rántott tengeri halfilé, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka			Bakonyi betyárleves, Vargabéles		
		Energia: 864.52 Kcal / 3,613.69 KJ			Energia: 780.04 Kcal / 3,260.57 KJ			Energia: 417.91 Kcal / 1,746.86 KJ			Energia: 604.84 Kcal / 2,528.23 KJ			Energia: 708.74 Kcal / 2,962.53 KJ			Energia: 699.74 Kcal / 2,924.91 KJ			Energia: 999.28 Kcal / 4,176.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		41.21 g	30.96 g	9.58 g	20.94 g	61.04 g	6.93 g	20.83 g	14.39 g	4.60 g	36.93 g	12.88 g	4.50 g	32.40 g	24.58 g	5.31 g	31.58 g	18.63 g	2.97 g	53.99 g	37.09 g	14.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		102.63 g	7.99 g	4.28 g	34.11 g	0.00 g	4.37 g	50.66 g	13.99 g	4.73 g	83.86 g	0.00 g	3.74 g	85.93 g	0.00 g	11.46 g	99.28 g	9.99 g	4.63 g	110.45 g	28.57 g	2.90 g
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7			1,3,7,9			7,9			7,9			1,3,4,7			1,3,7,9,(12)				





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Francia hagymaleves , Sült csirkecomb , Almamártás , Főtt burgonya diab.	Tojásleves, Zöldbabfőzelék diab., Rántott párizsi	Tyúkhúsleves, Káposztás tészta diab.	Burgonyakrémleve s, Csirkés rizottó diab.	Zöldségleves diab., Sertéspaprikás, Galuska köret	Barackleves CM, Rántott tengeri halfilé, Petrezselymes burgonya diab., Csemegeuborka	Bakonyi betyárleves, Vargabéles diab
		Energia: 691.75 Kcal / 2,891.52 KJ	Energia: 780.04 Kcal / 3,260.57 KJ	Energia: 693.69 Kcal / 2,899.62 KJ	Energia: 414.30 Kcal / 1,731.77 KJ	Energia: 565.92 Kcal / 2,365.55 KJ	Energia: 503.02 Kcal / 2,102.62 KJ	Energia: 748.54 Kcal / 3,128.90 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		37.46 g 30.66 g 9.54 g	20.94 g 61.04 g 6.93 g	19.57 g 13.66 g 2.06 g	23.53 g 7.92 g 2.72 g	28.45 g 21.42 g 4.98 g	28.12 g 14.63 g 2.52 g	47.50 g 33.16 g 12.50 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		64.64 g 0.00 g 3.97 g	34.11 g 0.00 g 4.37 g	58.97 g 0.00 g 4.54 g	61.10 g 0.00 g 2.85 g	62.32 g 0.00 g 9.03 g	63.28 g 0.00 g 4.01 g	63.95 g 0.61 g 2.58 g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7	1,3,9,15	7,9	7,9	1,3,4,7,15	1,3,7,9





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00123) Szociális laktózmentes	Ebéd	Francia hagymaleves LM, Sült csirkecomb , Almamártás LM, Főtt burgonya	Tojásleves, Zöldbabfőzelék LM, Csibeburger	Tyúkhúsleves, Káposztás kocka	BurgonyakréMLEVE s LM, Csirkés rizottó diab. LM	Zöldségleves, Sertéspaprikás LM, Galuska köret		
		Energia: 859.99 Kcal / 3,594.76 KJ	Energia: 606.72 Kcal / 2,536.09 KJ	Energia: 626.87 Kcal / 2,620.32 KJ	Energia: 564.06 Kcal / 2,357.77 KJ	Energia: 694.76 Kcal / 2,904.10 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		41.70 g33.64 g10.50 g	14.94 g47.60 g8.59 g	29.57 g14.86 g2.14 g	31.94 g11.11 g2.95 g	31.40 g24.53 g6.20 g	g g g	g g g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		94.99 g0.00 g4.27 g	34.09 g0.00 g2.32 g	92.32 g9.99 g4.62 g	82.69 g0.00 g3.27 g	83.62 g0.00 g11.49 g	g g g	g g g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3	1,3,9	9,(1)	9,(1)	1,3,4,7	1,3,7,9,(12)





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Brokkolikrémleves epekím., Sült csirkecomb (bőr nélk.), Almamártás , Főtt burgonya			Rántott leves pir.zsemlekockával , Zöldbabbpüréfőzelék, Csibeburger sütőben sütve			Tyúkhúsleves epekím., Túrós gombóc vaníliás joghurttal			Burgonyakrémleves, Csirkés rizottó epekím.			Zöldségleves epek., Joghurtos sertéspaprikás, Galuska köret			Barackkrémleves epek., Párolt tengeri halfilé, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Sertésraguleves epekím., Vargabéles epekím.		
		Energia: 646.56 Kcal / 2,702.62 KJ			Energia: 564.67 Kcal / 2,360.32 KJ			Energia: 710.07 Kcal / 2,968.09 KJ			Energia: 581.47 Kcal / 2,430.54 KJ			Energia: 682.15 Kcal / 2,851.39 KJ			Energia: 648.82 Kcal / 2,712.07 KJ			Energia: 792.01 Kcal / 3,310.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		38.73 g	12.99 g	2.65 g	11.14 g	43.10 g	5.41 g	31.15 g	4.72 g	0.56 g	33.70 g	16.01 g	5.43 g	39.02 g	21.19 g	4.53 g	33.69 g	16.24 g	1.72 g	44.79 g	28.34 g	9.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		91.90 g	20.98 g	4.84 g	37.97 g	0.00 g	1.26 g	132.07 g	5.00 g	4.01 g	74.37 g	0.00 g	3.77 g	80.77 g	0.00 g	10.40 g	89.85 g	17.98 g	3.92 g	88.54 g	28.57 g	3.21 g
1,7			1,7			1,3,7,9			7,9			1,7,9			4,7			1,3,7,9				





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.																						
		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00125) Szociális vegetáriánus	Ebéd	Francia hagymaleves , Parajburger, Főtt burgonya			Tojásleves, Zöldbabfőzelék, Rántott zöldségek			Zöldségleves, Túrós gombóc vaníliás tejföllel			Burgonyakrémlève s, Zöldséges rizottó			Zöldségleves, Sajtos-tejfölös galuska								
		Energia: 950.78 Kcal / 3,974.26 KJ			Energia: 533.20 Kcal / 2,228.78 KJ			Energia: 395.02 Kcal / 1,651.18 KJ			Energia: 516.58 Kcal / 2,159.30 KJ			Energia: 512.77 Kcal / 2,143.38 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.70 g	46.10 g	15.16 g	15.12 g	33.89 g	5.93 g	8.26 g	18.22 g	4.52 g	17.17 g	12.08 g	4.30 g	21.41 g	29.55 g	11.63 g	g	g	g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		101.92 g	0.00 g	3.31 g	40.97 g	0.00 g	2.12 g	48.79 g	13.99 g	2.27 g	83.46 g	0.00 g	3.58 g	38.56 g	0.00 g	4.99 g	g	g	g	g	g	g
1,3,7,9			1,3,7			1,7,9			7,9			7,9			1,3,4,7			1,3,7,9,(12)				

