

Heti étlap 2024.08.26. - 2024.09.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00120) Szociális normál	Ebéd	Hamis gulyásleves, Bolognai spagetti	Tejfölös karfiolleves, Hentes tokány, Párolt rizs	Alföldi májgombóc leves, Almás pite	Fahéjas Szilvaleves ÚJ, Cigánypecsenye, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka	Magyaros zellerleves, Kelkáposztafőzelék, Vagdalt	CukkinikréMLEves, Csirkepörkölt, Galuska köret	Kertészleves, Szivárványos sertésszelet, Zöldséges jázminrizs
		Energia: 685.12 Kcal / 2,863.80 KJ	Energia: 684.25 Kcal / 2,860.17 KJ	Energia: 905.99 Kcal / 3,787.04 KJ	Energia: 1,287.47 Kcal / 5,381.62 KJ	Energia: 790.11 Kcal / 3,302.66 KJ	Energia: 766.03 Kcal / 3,202.01 KJ	Energia: 1,090.42 Kcal / 4,557.96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		34.19 g 15.16 g 3.19 g	29.20 g 26.31 g 7.06 g	12.27 g 32.35 g 0.31 g	27.71 g 83.85 g 27.08 g	33.11 g 39.98 g 10.42 g	36.15 g 26.80 g 4.99 g	32.57 g 70.64 g 24.67 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
101.64 g 0.00 g 3.88 g	81.84 g 0.00 g 3.54 g	124.34 g 0.00 g 2.82 g	107.51 g 29.97 g 7.22 g	72.71 g 0.00 g 2.54 g	91.79 g 0.00 g 9.40 g	78.33 g 0.00 g 5.13 g		
1	1,7	9	1,7,(6),(8),(12)	1,3,9,(7)	1,7	7,9		



Heti étlap 2024.08.26. - 2024.09.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
(00121) Szociális diab. epe	Ebéd	Hamis gulyásleves epekím., Zöldséges-húsos penne epek.	Karfiolkrémleves, Párolt rizs diab., Sonkás tokány epekím.	Alföldi májgombóc leves epek., Almás pite	Szilvakrémleves EPE, CM ÚJ, Natúr sertésszelet epekímélő, Petrezselymes burgonya, Cékklasaláta	Zellerkrémleves epek., Sárgarépa-főzelék epek., Vagdalt	Cukkinikrémleves ÚJ CH-EPE, Csirkeragu epekím., Galuska köret	Kertészlevespüré epekím., Natúr sertésszelet epekímélő, Zöldséges jázminrizs epek.														
		Energia: 579.22 Kcal / 2,421.14 KJ	Energia: 485.95 Kcal / 2,031.27 KJ	Energia: 891.95 Kcal / 3,728.35 KJ	Energia: 565.79 Kcal / 2,365.00 KJ	Energia: 631.80 Kcal / 2,640.92 KJ	Energia: 625.65 Kcal / 2,615.22 KJ	Energia: 457.26 Kcal / 1,911.35 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
		30.88 g	13.88 g	3.12 g	26.67 g	15.35 g	3.50 g	11.61 g	32.30 g	0.31 g	26.89 g	20.24 g	4.30 g	25.38 g	38.20 g	10.03 g	37.07 g	20.24 g	2.44 g	24.46 g	20.38 g	4.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81.40 g	0.00 g	4.81 g	59.96 g	0.00 g	3.10 g	121.66 g	0.00 g	2.79 g	67.06 g	7.53 g	4.76 g	45.59 g	0.00 g	4.28 g	73.76 g	0.00 g	6.64 g	42.68 g	0.00 g	3.93 g		
1,9,(3)			1,7			9			7			1,3,7,9			1,7			9				



Heti étlap 2024.08.26. - 2024.09.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Hamis gulyásleves diab., Bolognai penne diab.	Tejfölös karfiolleves, Hentes tokány, Párolt rizs diab.	Alföldi májgombóc leves, Almás pite diab.	Fahéjas Szilvaleves CM ÚJ, Cigánypecsenye, Petrezselymes burgonya diab., Csemegeuborka	Magyaros zellerleves, Kelkáposztafőzelék, Vagdalt	Cukkinikrémleves, Csirkepörkölt, Galuska köret	Kertészleves, Szivárványos sertésszelet, Zöldséges jázminrizs	
		Energia: 620.67 Kcal / 2,594.40 KJ	Energia: 573.76 Kcal / 2,398.32 KJ	Energia: 663.25 Kcal / 2,772.39 KJ	Energia: 1,079.62 Kcal / 4,512.81 KJ	Energia: 736.77 Kcal / 3,079.70 KJ	Energia: 610.02 Kcal / 2,549.88 KJ	Energia: 1,012.18 Kcal / 4,230.91 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	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		54.34 g 16.79 g 4.17 g	27.12 g 23.92 g 6.79 g	20.55 g 35.12 g 6.87 g	25.72 g 81.49 g 26.82 g	30.84 g 38.31 g 10.22 g	30.45 g 24.92 g 4.82 g	30.72 g 70.03 g 24.59 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
54.22 g 0.00 g 3.79 g	61.83 g 0.00 g 3.24 g	63.30 g 0.76 g 3.31 g	63.41 g 1.14 g 7.14 g	65.53 g 0.00 g 2.48 g	63.89 g 0.00 g 6.72 g	62.36 g 0.00 g 4.88 g			
1	1,7	1,3,7,9	1,7	1,3,9,(7)	1,7	7,9			





Heti étlap 2024.08.26. - 2024.09.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00123) Szociális laktózmentes	Ebéd	Hamis gulyásleves, Bolognai spagetti	Tejfölös karfiolleves LM, Hentes tokány, Párolt rizs	Alföldi májgombóc leves, Darásmetélt lekvárral	Fahéjas Szilvaleves LM ÚJ, Cigánypecsenye, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka	Magyaros zellerleves, Kelkáposztafőzelék, Vagdalt		
		Energia: 685.12 Kcal / 2,863.80 KJ	Energia: 708.79 Kcal / 2,962.74 KJ	Energia: 845.89 Kcal / 3,535.82 KJ	Energia: 1,188.27 Kcal / 4,966.97 KJ	Energia: 790.11 Kcal / 3,302.66 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 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
		34.19 g 15.16 g 3.19 g	29.30 g 29.07 g 8.26 g	28.55 g 17.93 g 0.76 g	27.40 g 83.80 g 26.74 g	33.11 g 39.98 g 10.42 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
		101.64 g 0.00 g 3.88 g	81.64 g 0.00 g 3.53 g	139.84 g 19.98 g 4.87 g	78.09 g 1.14 g 7.20 g	72.71 g 0.00 g 2.54 g	g g g	g g g
1	1	1,9,(12)	1	1,3,9,(7)	1,7	7,9		





Heti étlap 2024.08.26. - 2024.09.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Hamis gulyásleves epekím., Zöldséges-húsos spagetti epek.	Karfiolkrémleves, Sonkás sertéstokány epekímélő, Párolt rizs	Alföldi májgombóc leves epek., Almás pite	Szilvakrémleves EPE ÚJ, Natúr sertéskaraj, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Zellerleves epekímélő, Vagdalt epekím., Sárgarépafozélék epek.	Cukkinikrémleves epekím., Csirkeragu epekím., Galuska köret	Kertészlevespüré epekím., Natúr sertésszelet epekímélő, Zöldséges jázminrizs epek.
		Energia: 582.71 Kcal / 2,435.73 KJ	Energia: 671.09 Kcal / 2,805.16 KJ	Energia: 891.95 Kcal / 3,728.35 KJ	Energia: 793.82 Kcal / 3,318.17 KJ	Energia: 690.32 Kcal / 2,885.54 KJ	Energia: 589.07 Kcal / 2,462.31 KJ	Energia: 523.04 Kcal / 2,186.31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 28.93 g 12.04 g 2.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 41.92 g 20.30 g 5.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.61 g 32.30 g 0.31 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30.91 g 24.10 g 4.92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.07 g 41.09 g 10.59 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 37.15 g 13.03 g 1.69 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.67 g 20.98 g 4.18 g
		Szénhidrát Cukor Só 88.34 g 0.00 g 3.25 g	Szénhidrát Cukor Só 79.62 g 0.00 g 4.76 g	Szénhidrát Cukor Só 121.66 g 0.00 g 2.79 g	Szénhidrát Cukor Só 110.80 g 36.36 g 5.16 g	Szénhidrát Cukor Só 53.78 g 0.00 g 5.35 g	Szénhidrát Cukor Só 78.18 g 0.00 g 10.35 g	Szénhidrát Cukor Só 56.26 g 0.00 g 4.25 g
		1,9	1,7	9	7,(1),(6),(8),(12)	1,7,9	7	9



Heti étlap 2024.08.26. - 2024.09.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00125) Szociális vegetáriánus	Ebéd	Hamis gulyásleves, Paradicsomos, zöldséges tészta	Tejfölös karfiolleves, Rántott zöldségek, Párolt rizs	Alföldi zöldségleves, Almás pite	Fahéjas Szilvaleves ÚJ, Rántott sajt, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka	Magyaros zellerleves, Kelkáposztafőzelék, Falafel		
		Energia: 484.13 Kcal / 2,023.66 KJ	Energia: 636.60 Kcal / 2,660.99 KJ	Energia: 789.16 Kcal / 3,298.69 KJ	Energia: 1,130.39 Kcal / 4,725.03 KJ	Energia: 516.27 Kcal / 2,158.01 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 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
		15.28 g 6.54 g 0.67 g	12.16 g 28.24 g 4.77 g	2.55 g 28.97 g 1.07 g	40.68 g 48.29 g 19.76 g	17.25 g 22.31 g 3.70 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
89.97 g 0.00 g 3.35 g	82.69 g 0.00 g 2.54 g	113.83 g 0.00 g 0.61 g	135.46 g 29.97 g 6.06 g	60.54 g 0.00 g 1.78 g	g g g	g g g		
	1,9	1,3,7	9	1,3,7,(6),(8),(12)	1,9	1,7	7,9	

