








Heti étlap 2021.11.22. - 2021.11.26.






		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00120) Szociális normál	Ebéd	Alföldi zöldségleves, Eszterházy sertéstokány, Főtt tészta, Gyümölcs	Tojásleves, Sült csirkemellcsíkok, Zöldborsófőzelék, Rozskenyér, Gyümölcs	Gombakrémleves, Lyoni sertésszelet, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka, Gyümölcs	Magyaros zöldbableves, Mézes-mustáros csirkeragu, Zöldséges rizs , Gyümölcs	Kassai burgonyaleves, Darásmetélt lekvárral, Gyümölcs										
		Energia: 892.73 Kcal / 3,731.61 KJ	Energia: 741.93 Kcal / 3,101.27 KJ	Energia: 902.05 Kcal / 3,770.57 KJ	Energia: 834.59 Kcal / 3,488.59 KJ	Energia: 1,127.34 Kcal / 4,712.28 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		33.98 g	33.85 g	6.77 g	51.97 g	21.22 g	3.82 g	44.24 g	36.84 g	8.60 g	38.49 g	28.55 g	6.65 g	32.51 g	35.65 g	11.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		111.02 g	9.99 g	2.67 g	83.82 g	0.00 g	3.98 g	95.59 g	0.00 g	6.01 g	103.95 g	8.10 g	3.09 g	166.38 g	24.98 g	6.74 g



Heti étlap 2021.11.22. - 2021.11.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Alföldi zöldségleves, Eszterházy sertéstokány diab., Főtt tészta diab., Gyümölcs	Tojásleves, Sült csirkemellcsíkok, Zöldborsófőzelék diab., Rozskenyér	Gombakrémleves, Sertéssült, Petrezselymes burgonya diab., Csemegeuborka	Magyaros zöldbableves, Mustáros csirkeragu, Zöldséges rizs diab.	Kassai burgonyaleves, Darásmetélt lekvárral CM										
		Energia: 811.98 Kcal / 3,394.08 KJ	Energia: 622.50 Kcal / 2,602.05 KJ	Energia: 629.57 Kcal / 2,631.60 KJ	Energia: 605.01 Kcal / 2,528.94 KJ	Energia: 720.07 Kcal / 3,009.89 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		55.37 g	33.76 g	7.55 g	47.58 g	19.50 g	3.69 g	35.35 g	26.73 g	7.08 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.16 g	32.72 g	10.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.07 g	0.00 g	3.60 g	63.14 g	0.00 g	3.93 g	60.20 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.20 g	0.00 g	5.53 g
																

Heti étlap 2021.11.22. - 2021.11.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																																																																																							
(00123) Szociális diab, laktózmentes	Ebéd	Alföldi zöldségleves, Eszterházy sertéstokány diab. LM, Főtt tészta diab., Gyümölcs	Tojásleves, Sült csirkemellcsíkok, Zöldborsófőzelék diab. LM, Rozskenyér	Gombakrémleves LM, Sertéssült, Petrezselymes burgonya diab., Csemegeuborka	Magyaros zöldbableves, Mustáros csirkeragu, Zöldséges rizs diab.	Kassai burgonyaleves, Darásmetélt lekvárral CM																																																																																																																							
		Energia: 836.52 Kcal / 3,496.65 KJ	Energia: 735.40 Kcal / 3,073.97 KJ	Energia: 640.43 Kcal / 2,677.00 KJ	Energia: 605.01 Kcal / 2,528.94 KJ	Energia: 744.61 Kcal / 3,112.47 KJ																																																																																																																							
		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>55.47 g</td> <td>36.52 g</td> <td>8.75 g</td> <td>47.40 g</td> <td>32.59 g</td> <td>10.25 g</td> <td>35.31 g</td> <td>27.99 g</td> <td>7.53 g</td> <td>36.39 g</td> <td>21.86 g</td> <td>3.26 g</td> <td>17.26 g</td> <td>35.48 g</td> <td>12.05 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>55.47 g</td> <td>36.52 g</td> <td>8.75 g</td> <td>47.40 g</td> <td>32.59 g</td> <td>10.25 g</td> <td>35.31 g</td> <td>27.99 g</td> <td>7.53 g</td> <td>36.39 g</td> <td>21.86 g</td> <td>3.26 g</td> <td>17.26 g</td> <td>35.48 g</td> <td>12.05 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>55.47 g</td> <td>36.52 g</td> <td>8.75 g</td> <td>47.40 g</td> <td>32.59 g</td> <td>10.25 g</td> <td>35.31 g</td> <td>27.99 g</td> <td>7.53 g</td> <td>36.39 g</td> <td>21.86 g</td> <td>3.26 g</td> <td>17.26 g</td> <td>35.48 g</td> <td>12.05 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>55.47 g</td> <td>36.52 g</td> <td>8.75 g</td> <td>47.40 g</td> <td>32.59 g</td> <td>10.25 g</td> <td>35.31 g</td> <td>27.99 g</td> <td>7.53 g</td> <td>36.39 g</td> <td>21.86 g</td> <td>3.26 g</td> <td>17.26 g</td> <td>35.48 g</td> <td>12.05 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																													
		55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g																																																																																																													
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
55.47 g	36.52 g	8.75 g	47.40 g	32.59 g	10.25 g	35.31 g	27.99 g	7.53 g	36.39 g	21.86 g	3.26 g	17.26 g	35.48 g	12.05 g																																																																																																															
<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>61.87 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.58 g</td> <td>61.96 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.90 g</td> <td>60.12 g</td> <td>0.00 g</td> <td>4.42 g</td> <td>64.40 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.04 g</td> <td>62.00 g</td> <td>0.00 g</td> <td>5.52 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>61.87 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.58 g</td> <td>61.96 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.90 g</td> <td>60.12 g</td> <td>0.00 g</td> <td>4.42 g</td> <td>64.40 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.04 g</td> <td>62.00 g</td> <td>0.00 g</td> <td>5.52 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>61.87 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.58 g</td> <td>61.96 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.90 g</td> <td>60.12 g</td> <td>0.00 g</td> <td>4.42 g</td> <td>64.40 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.04 g</td> <td>62.00 g</td> <td>0.00 g</td> <td>5.52 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>61.87 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.58 g</td> <td>61.96 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.90 g</td> <td>60.12 g</td> <td>0.00 g</td> <td>4.42 g</td> <td>64.40 g</td> <td>0.00 g</td> <td>3.04 g</td> <td>62.00 g</td> <td>0.00 g</td> <td>5.52 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
61.87 g	0.00 g	3.58 g	61.96 g	0.00 g	3.90 g	60.12 g	0.00 g	4.42 g	64.40 g	0.00 g	3.04 g	62.00 g	0.00 g	5.52 g																																																																																																															
																																																																																																																													



Heti étlap 2021.11.22. - 2021.11.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Alföldi zöldségleves epekím., Eszterházy sertéstokány epek., Főtt tészta	Rántott leves pir.zsemlekockával, Sült csirkemellcsíkok, Zöldborsófőzelék püré, Rozskenyér	Körteleves epekímélő, Sertéssült epek., Petrezselymes burgonya, Céklasaláta	Zöldbabpüréleves epekímélő, Joghurtos csirkeragu, Zöldséges rizs epek., Gyümölcs	Joghurtos sertésraguleves, Darásmetélt lekvárral, Gyümölcs										
		Energia: 720.40 Kcal / 3,011.27 KJ	Energia: 762.41 Kcal / 3,186.87 KJ	Energia: 684.01 Kcal / 2,859.16 KJ	Energia: 656.17 Kcal / 2,742.79 KJ	Energia: 895.08 Kcal / 3,741.43 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		32.47 g	23.52 g	4.49 g	52.78 g	22.83 g	4.10 g	30.58 g	18.84 g	4.29 g	36.10 g	21.89 g	3.45 g	35.52 g	16.76 g	3.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
93.97 g	9.99 g	2.60 g	86.47 g	0.00 g	2.99 g	96.22 g	18.88 g	1.52 g	77.29 g	0.00 g	3.43 g	148.84 g	24.98 g	2.51 g		

