

Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00120) Szociális normál	Ebéd	Tarhonyaleves [1,9], Bácskai rizseshús , Céklasaláta			Almaleves ÚJ[7], Fokhagymás sertéstarja, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka			Palócleves[1,7], Almás rétes [1,3,8, (5,7)]			Tojásleves[1,3], Tökfőzelék [1,7], Csirke nuggets			Olasz zöldségleves[1], Pincepörkölt SZ, Mongol saláta			Karalábéleves[1], Kínai csirkés pirított tészta[1,6]			Tavaszi zöldségleves[9], Barbecue sertésoldalas, Kukoricás bulgur[1]		
		Energia: 937.91 Kcal / 3,920.46 KJ			Energia: 1,076.62 Kcal / 4,500.27 KJ			Energia: 1,299.12 Kcal / 5,430.32 KJ			Energia: 961.74 Kcal / 4,020.07 KJ			Energia: 651.31 Kcal / 2,722.48 KJ			Energia: 754.10 Kcal / 3,152.14 KJ			Energia: 443.63 Kcal / 1,854.37 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
		35.66 g	38.60 g	9.24 g	22.48 g	63.18 g	20.32 g	47.20 g	32.06 g	6.43 g	23.54 g	63.57 g	9.57 g	35.27 g	41.48 g	12.44 g	47.99 g	15.53 g	1.88 g	39.82 g	50.18 g	14.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		110.15 g	18.07 g	4.10 g	106.84 g	33.16 g	5.49 g	203.20 g	31.21 g	2.27 g	71.89 g	15.44 g	4.20 g	86.00 g	6.91 g	10.54 g	104.26 g	6.77 g	2.34 g	68.31 g	6.86 g	3.71 g
		1,9			7			1,3,7,8,(5)			1,3,7			1			1,6			1,9		



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00121) Szociális diab. epe	Ebéd	Rizseshús epekím., Tarhonyaleves epekím.[1], Kapros-joghurtos jégsaláta[7]	Almaleves EPE, CM ÚJ[7], Petrezselymes burgonya, Sertéssült epek., Céklasaláta	Joghurtos sertésraguleves Epekímélő[1,9], Almás rétes diab. [1,3,8,15,(5,7)]	Tökfőzelék [1,7], Csibeburger sütőben sütvé, Rántott leves pir.zsemlekockával [1]	Olasz zöldségleves epekím.[1], Sertésragu CH- epekim.[1], Főtt burgonya diab., Sárgarépa saláta CM	BrokkolikréMLEVES CH-EPE[1], Pirított zöldséges tészta CH-epek.[1]	Tavaszi zöldségpüréleves [9], Sárgarépás bulgur 50 CH[1], Sertéssült epek.
		Energia: 733.14 Kcal / 3,064.53 KJ	Energia: 543.52 Kcal / 2,271.91 KJ	Energia: 1,190.72 Kcal / 4,977.21 KJ	Energia: 733.79 Kcal / 3,067.24 KJ	Energia: 887.39 Kcal / 3,709.29 KJ	Energia: 702.13 Kcal / 2,934.90 KJ	Energia: 455.13 Kcal / 1,902.44 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		33.27 g28.60 g5.65 g	28.25 g16.14 g4.02 g	51.56 g32.30 g6.80 g	10.40 g54.21 g9.22 g	31.02 g53.09 g13.03 g	70.16 g16.40 g3.65 g	31.00 g15.59 g3.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		85.70 g3.07 g2.69 g	69.14 g14.37 g2.11 g	170.96 g5.95 g3.02 g	55.37 g15.45 g1.82 g	68.69 g3.94 g2.75 g	58.55 g3.25 g5.05 g	49.81 g3.79 g1.78 g
		1,7	7	1,3,8,9,15,(5),(7)	1,7	1	1	1,9



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap																							
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Tarhonyaleves diab.[1,9], Bácskai rizseshús , Céklasaláta						Almaleves CM ÚJ [7], Petrezselymes burgonya diab., Fokhagymás sertéstarja, Csemegeuborka						Palócleves [1,7], Almás rétes diab. [1,3,8,15,(5,7)]						Tökfőzelék (diab.) [1,7,15], Tojásleves [1,3], Csirke nuggets						Olasz zöldségleves[1], Pincepörkölt CH, Mongol saláta						Kínai pirított tészta diab[1,6], Karalábéleves[1]						Kukoricás bulgur 50 CH[1], Tavaszi zöldségleves[9], Barbecue sertésoldalas					
		Energia: 872.05 Kcal / 3,645.17 Kj						Energia: 870.79 Kcal / 3,639.90 Kj						Energia: 1,221.34 Kcal / 5,105.20 Kj						Energia: 755.82 Kcal / 3,159.33 Kj						Energia: 651.31 Kcal / 2,722.48 Kj						Energia: 724.18 Kcal / 3,027.07 Kj						Energia: 342.44 Kcal / 1,431.40 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv															
		33.78 g	38.43 g	9.22 g	20.53 g	60.85 g	20.05 g	46.85 g	38.34 g	9.34 g	21.58 g	50.41 g	6.79 g	35.27 g	41.48 g	12.44 g	71.49 g	17.43 g	2.98 g	36.79 g	47.75 g	14.15 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	Szénhidrát	Cukor	Só															
		96.23 g	17.59 g	4.09 g	63.13 g	3.75 g	5.41 g	170.29 g	9.83 g	2.96 g	52.91 g	4.44 g	4.19 g	86.00 g	6.91 g	10.54 g	60.46 g	5.67 g	2.24 g	50.59 g	5.51 g	3.26 g																					
1,9			7			1,3,7,8,15,(5)			1,3,7,15			1			1,6			1,9																									



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00123) Szociális laktózmentes	Ebéd	Tarhonyaleves [1,9], Bácskai rizseshús , Céklasaláta	Almaleves LM ÚJ (1), Fokhagymás sertésstarja, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka	Palócleves LM[1], Almás rétes	Tökfőzelék LM[1], Tojásleves[1,3], Csirke nuggets	Pincepörkölt LM, Olasz zöldségleves [1], Mongol saláta		
		Energia: 937.91 Kcal / 3,920.46 KJ	Energia: 1,072.90 Kcal / 4,484.72 KJ	Energia: 2,748.82 Kcal / 11,490.07 KJ	Energia: 780.36 Kcal / 3,261.90 KJ	Energia: 651.31 Kcal / 2,722.48 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
		35.66 g38.60 g9.24 g	22.15 g63.10 g19.97 g	55.02 g67.51 g6.71 g	21.68 g53.17 g8.00 g	35.27 g41.48 g12.44 g	g g g	g g g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		110.15 g18.07 g4.10 g	101.25 g27.31 g5.47 g	458.66 g7.59 g1.83 g	52.71 g3.15 g3.68 g	86.00 g6.91 g10.54 g	g g g	g g g
		1,9	(1)	1	1,3	1	1,6	1,9



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Tarhonyaleves epekím.[1], Rizseshús epekím., Kapros-joghurtos jégsaláta[7]			Almaleves EPE ÚJ[7], Petrezselymes burgonya, Fokhagymás sertéstarja, Céklasaláta			Joghurtos sertésraguleves Epekímélő[1,9], Almás rétes [1,3, (7)]			Tökfőzelék epek. [1,7], Csibeburger sütőben sütvé, Rántott leves pir.zsemlekockával [1]			Olasz zöldségleves epekím.[1], Sertésragu epekím. [1], Sárgarépa saláta, Főtt burgonya			Pirított zöldséges tészta epek.[1], Karalábéleves[1]			Sárgarépás bulgur [1], Sertéssült epek., Tavaszi zöldségpüréleves [9]		
		Energia: 732.06 Kcal / 3,060.01 KJ			Energia: 1,097.48 Kcal / 4,587.47 KJ			Energia: 1,175.19 Kcal / 4,912.29 KJ			Energia: 500.80 Kcal / 2,093.34 KJ			Energia: 992.73 Kcal / 4,149.61 KJ			Energia: 698.22 Kcal / 2,918.56 KJ			Energia: 536.67 Kcal / 2,243.28 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
		33.27 g	28.60 g	5.65 g	22.85 g	59.39 g	18.18 g	47.94 g	20.50 g	4.02 g	8.65 g	38.17 g	4.89 g	31.09 g	62.38 g	14.10 g	44.04 g	15.17 g	1.84 g	33.86 g	15.92 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		85.42 g	2.79 g	2.69 g	114.75 g	44.11 g	4.06 g	196.90 g	21.98 g	3.01 g	35.94 g	4.00 g	1.80 g	73.91 g	8.57 g	2.50 g	95.16 g	5.01 g	2.37 g	67.65 g	4.37 g	2.02 g
1,7			7			1,3,9,(7)			1,7			1			1			1,9				



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00125) Szociális vegetáriánus	Ebéd	Tarhonyaleves [1,9], Párolt rizs, Rántott gomba[1,3, (7)], Kapros- joghurtos jégсалáta [7]	Almaleves ÚJ[7], Csemegeuborka, Főtt burgonya, Rántott zöldségek [1,3]	Magyaros zöldbableves[1], Almás rétes	Tojásleves[1,3], Tökfőzelék [1,7], Falafel	Olasz zöldségleves[1], Mongol saláta, Főtt burgonya, Rántott sajt[1,3,7]		
		Energia: 1,408.28 Kcal / 5,886.61 KJ	Energia: 682.10 Kcal / 2,851.18 KJ	Energia: 2,568.70 Kcal / 10,737.17 KJ	Energia: 542.50 Kcal / 2,267.65 KJ	Energia: 1,047.75 Kcal / 4,379.60 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
		33.97 g77.44 g11.48 g	9.77 g23.52 g4.65 g	39.29 g54.98 g0.56 g	14.54 g30.11 g6.87 g	42.79 g45.09 g17.56 g	g g g	g g g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		141.35 g4.06 g3.00 g	110.61 g32.83 g3.65 g	457.75 g7.99 g0.50 g	52.67 g15.44 g2.70 g	114.68 g9.02 g13.45 g	g g g	g g g
		1,3,7,9	1,3,7	1	1,3,7	1,3,7	1,6	1,9

