

Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00120) Szociális normál	Ebéd	Magyaros zöldborsóleves galuskával, Tejszínes, sajtos csirketokány, Főtt tészta	Barack krémleves, Bácskai rizseshús, Csemegeuborka	Húsgombóc leves, Káposztás kocka	Tarhonyaleves, Tejfölös gyöngybabfőzelék, Sült debreceni	Zellerkrémleves, Barbecue sertésszelet, Petrezselymes burgonya	Erdei gyümölcsleves, Rizibizi, Rántott sertésszelet, Céklasaláta	Francia hagymaleves, Sült csirkecomb zöldségágyon, Bulgur
		Energia: 866.21 Kcal / 3,620.76 KJ	Energia: 737.00 Kcal / 3,080.66 KJ	Energia: 704.61 Kcal / 2,945.27 KJ	Energia: 830.97 Kcal / 3,473.45 KJ	Energia: 1,051.91 Kcal / 4,396.98 KJ	Energia: 1,051.92 Kcal / 4,397.03 KJ	Energia: 718.60 Kcal / 3,003.75 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
		49.23 g 40.48 g 11.36 g	31.41 g 31.11 g 8.81 g	27.35 g 21.54 g 1.22 g	32.33 g 49.83 g 15.36 g	25.86 g 68.96 g 21.73 g	39.02 g 34.74 g 8.76 g	36.30 g 26.44 g 7.50 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
84.99 g 0.00 g 1.88 g	98.10 g 11.99 g 4.65 g	99.60 g 9.99 g 2.17 g	65.32 g 2.00 g 5.59 g	81.39 g 12.68 g 2.47 g	144.82 g 22.98 g 5.45 g	92.31 g 0.00 g 3.92 g		
	1,7,(10),(12)	7	1,9	1,7,9	1,3,7,9	1,3,7	1,7	





Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
(00121) Szociális diab. epe	Ebéd	Főtt tészta diab., Zöldborsópüréleve s , Joghurtos-sajtos csirketokány	Barackkrémleves diab, epe, Rizseshús epekím., Céklasaláta	Sonkás kocka , Zöldségleves epek.	Tarhonyaleves epekím., Sárgarépa-főzelék epek., Főtt virsli	Zellerkrémleves , Petrezselymes burgonya, Joghurtos sertésszelet	Almaleves EPE, CM ÚJ, Céklasaláta , Natúr sertéskaraj, Párolt rizs diab.	Sült csirkecomb zöldségágyon epekím, Bulgur , Cukkinikrémleves ÚJ CH-EPE														
		Energia: 825.96 Kcal / 3,452.51 Kj	Energia: 711.80 Kcal / 2,975.32 Kj	Energia: 586.54 Kcal / 2,451.74 Kj	Energia: 656.45 Kcal / 2,743.96 Kj	Energia: 890.63 Kcal / 3,722.83 Kj	Energia: 632.43 Kcal / 2,643.56 Kj	Energia: 634.96 Kcal / 2,654.13 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
		51.12 g	33.02 g	7.63 g	31.11 g	23.06 g	4.86 g	31.10 g	18.88 g	4.48 g	26.30 g	44.97 g	13.43 g	36.25 g	56.35 g	16.80 g	29.11 g	19.66 g	4.44 g	36.08 g	20.96 g	3.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.52 g	0.00 g	1.64 g	93.49 g	8.75 g	3.29 g	72.13 g	0.00 g	5.70 g	37.47 g	0.00 g	3.67 g	57.22 g	0.00 g	2.52 g	84.12 g	9.13 g	5.83 g	80.12 g	0.00 g	2.31 g		
1,7,(12)		7		1,9		1,7		1,3,7,9		7		1,7										





Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Főtt tészta diab., Tejszínes, sajtos csirketokány, Zöldborsóleves	Barack krémleves diab., Bácskai rizseshús , Csemegeuborka	Húsgombóc leves, Káposztás tészta diab.	Tarhonyaleves diab., Tejfölös gyöngybabfőzelék diab., Sült debreceni	Zellerkrémleves , Petrezselymes burgonya diab., Joghurtos sertésszelet	Erdei gyümölcsleves, Rizi-bizi diab., Rántott sertésszelet , Céklasaláta	Bulgur diab., Francia hagymaleves , Sült csirkecomb zöldségágyon														
		Energia: 870.28 Kcal / 3,637.77 Kj	Energia: 688.82 Kcal / 2,879.27 Kj	Energia: 666.78 Kcal / 2,787.14 Kj	Energia: 780.52 Kcal / 3,262.57 Kj	Energia: 820.04 Kcal / 3,427.77 Kj	Energia: 900.02 Kcal / 3,762.08 Kj	Energia: 718.60 Kcal / 3,003.75 Kj														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		49.25 g	41.42 g	11.48 g	31.41 g	31.11 g	8.81 g	13.29 g	13.11 g	2.21 g	31.08 g	49.71 g	15.35 g	34.88 g	52.46 g	16.34 g	36.30 g	34.58 g	8.74 g	36.30 g	26.44 g	7.50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.42 g	0.00 g	1.77 g	86.11 g	0.00 g	4.65 g	60.71 g	0.00 g	1.77 g	54.40 g	0.00 g	5.58 g	49.94 g	0.00 g	2.38 g	109.85 g	7.99 g	4.87 g	92.31 g	0.00 g	3.92 g		
1,7,(10),(12)			7,15			1,3,9,15,(7)			1,7,9			7,9			1,3,7,15			1,7				





Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap											
(00123) Szociális laktómentes	Ebéd	Magyaros zöldborsóleves, Tejszínes, sajtos csirketokány LM, Főtt tészta	Bácskai rizseshús, Csemegeuborka, Barack krémleves LM	Húsgombóc leves, Káposztás kocka	Tarhonyaleves, Tejfölös gyöngybabfőzelék LM, Sült debreceni	Zellerkrémleves LM, Barbecue sertésszelet, Petrezselymes burgonya													
		Energia: 821.21 Kcal / 3,432.66 KJ	Energia: 755.08 Kcal / 3,156.23 KJ	Energia: 660.41 Kcal / 2,760.51 KJ	Energia: 855.51 Kcal / 3,576.03 KJ	Energia: 991.86 Kcal / 4,145.97 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
		49.13 g	39.38 g	10.21 g	31.44 g	27.15 g	6.38 g	25.52 g	14.48 g	2.30 g	32.43 g	52.59 g	16.56 g	24.14 g	66.49 g	21.89 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
82.59 g	0.00 g	2.42 g	98.52 g	11.99 g	4.65 g	106.46 g	9.99 g	2.14 g	65.11 g	2.00 g	5.57 g	72.65 g	11.54 g	2.15 g					
		1,7,(10),(12)	7	1,3,9,(7)	1,9	6,9,(1)	1,3,7	1,7											



Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Főtt tészta, Zöldborsópüréleves, Joghurtos-sajtos csirketokány Epekím.	Barackkrémleves joghurttal, Rizseshús epekím., Céklasaláta	Zöldségleves epék., Sonkás kocka	Tarhonyaleves epékím., Főtt virsli, Sárgarépafozelék epék.	Zellerkrémleves epék., Petrezselymes burgonya, Joghurtos sertésszelet	Céklasaláta, Natúr sertéskaraj, Párolt rizs, Almaleves EPE ÚJ	Sült csirkecomb zöldségágyon epékím, Bulgur, Cukkinikrémleves epékím.														
		Energia: 817.57 Kcal / 3,417.44 KJ	Energia: 757.01 Kcal / 3,164.30 KJ	Energia: 586.54 Kcal / 2,451.74 KJ	Energia: 656.45 Kcal / 2,743.96 KJ	Energia: 871.77 Kcal / 3,644.00 KJ	Energia: 855.05 Kcal / 3,574.11 KJ	Energia: 575.49 Kcal / 2,405.55 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
		51.12 g	32.09 g	7.52 g	31.11 g	23.06 g	4.86 g	31.10 g	18.88 g	4.48 g	26.30 g	44.97 g	13.43 g	36.84 g	52.08 g	15.48 g	31.13 g	22.01 g	4.71 g	34.87 g	13.90 g	2.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.52 g	0.00 g	1.64 g	104.72 g	19.98 g	3.29 g	72.13 g	0.00 g	5.70 g	37.47 g	0.00 g	3.67 g	61.77 g	0.00 g	2.44 g	132.43 g	37.96 g	6.12 g	81.89 g	0.00 g	4.33 g		
1,7,(12)			7			1,9			1,7			7,9			7			1,7				





Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap												
(00125) Szociális vegetáriánus	Ebéd	Magyaros zöldborsóleves galuskával, Tejszínes,sajtos zöldségtokány, Főtt tészta	Barack krémleves, Csemegeuborka, Rántott zöldségek, Petrezselymes rizs	Káposztás kocka, Zöldségleves	Tarhonyaleves, Tejfölös gyöngybabfőzelék , Falafel	Zellerkrémleves , Petrezselymes burgonya, Rántott sajt														
		Energia: 773.83 Kcal / 3,234.61 KJ	Energia: 675.30 Kcal / 2,822.75 KJ	Energia: 600.02 Kcal / 2,508.08 KJ	Energia: 612.09 Kcal / 2,558.54 KJ	Energia: 1,058.92 Kcal / 4,426.29 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ												
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav				
		25.45 g	36.81 g	9.50 g	10.70 g	29.59 g	5.76 g	17.00 g	18.69 g	2.06 g	20.20 g	29.13 g	6.83 g	41.74 g	53.91 g	20.00 g				
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
85.82 g	0.00 g	1.72 g	103.50 g	11.99 g	3.25 g	90.45 g	9.99 g	2.16 g	69.92 g	2.00 g	2.98 g	98.66 g	0.00 g	3.45 g						
1,7,(10),(12)			1,3,7			1,9			1,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,7		

