



Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00120) Szociális normál	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves, Eszterházy sertéstokány, Főtt tészta	Meggyleves, Sertésflekken, Főtt burgonya, Csemegeuborka	Tojásleves, Finomfőzelék, Fasírt golyó	Bakonyi betyárleves, Lekváros bukta	Karalábéleves, Juhtúrós sztrapacska	Zöldségleves, Bolognai lasagne	Cukkinikrémleves ÚJ, Csülökpörkölt, Főtt burgonya, Vegyes vágott savanyúság
		Energia: 875.29 Kcal / 3,658.71 KJ	Energia: 582.51 Kcal / 2,434.89 KJ	Energia: 718.26 Kcal / 3,002.33 KJ	Energia: 587.50 Kcal / 2,455.75 KJ	Energia: 769.52 Kcal / 3,216.59 KJ	Energia: 904.33 Kcal / 3,780.10 KJ	Energia: 929.81 Kcal / 3,886.61 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
		31.76 g 42.29 g 7.84 g	29.33 g 16.29 g 4.94 g	34.18 g 39.00 g 11.21 g	30.15 g 18.98 g 4.05 g	26.84 g 29.87 g 8.27 g	54.83 g 51.80 g 16.51 g	35.91 g 54.75 g 16.51 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
91.62 g 9.99 g 3.37 g	84.34 g 12.99 g 5.62 g	57.86 g 0.00 g 4.29 g	73.36 g 0.00 g 1.34 g	95.36 g 0.00 g 0.96 g	91.11 g 6.63 g 5.91 g	82.85 g 0.00 g 3.20 g		
	1,7,9,10,(12)	7	1,3,7	1,7,9	1,7	1,3,7,9,(6),(12)	1,7,(10),(12)	



Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00121) Szociális diab. epe	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves, Eszterházy sertéstokány, Főtt tészta diab.	Meggyleves epekím., Főtt burgonya, Natúr sertéskaraj, Céklasaláta	Finomfőzelék pürésítve, Fasírt golyó, Rántott leves pir.zsemlekockával	Sertésraguleves CH-EPE ÚJ, Darásmetélt lekvárral CM	Zellerkrémleves epek., Túrós-joghurtos galuska	Zöldségleves epek., Zöldséges, húsos lasagne epek.	Cukkinikrémleves ÚJ CH-EPE, Főtt burgonya, Vegyes vágott savanyúság, Sárgarépás sertésragu
		Energia: 883.68 Kcal / 3,693.78 Kj	Energia: 554.57 Kcal / 2,318.10 Kj	Energia: 773.24 Kcal / 3,232.14 Kj	Energia: 940.35 Kcal / 3,930.66 Kj	Energia: 548.19 Kcal / 2,291.43 Kj	Energia: 620.41 Kcal / 2,593.31 Kj	Energia: 590.00 Kcal / 2,466.20 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
		31.76 g 43.22 g 7.95 g	29.17 g 17.04 g 4.10 g	33.19 g 40.98 g 11.22 g	21.72 g 33.84 g 10.55 g	30.27 g 16.56 g 5.57 g	26.17 g 38.73 g 10.13 g	32.39 g 21.10 g 4.29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
91.62 g 9.99 g 3.37 g	68.73 g 7.99 g 5.32 g	67.64 g 0.00 g 3.22 g	72.99 g 0.00 g 1.85 g	67.74 g 0.00 g 3.57 g	39.78 g 0.00 g 3.90 g	68.45 g 0.00 g 3.17 g		
	1,7,9,10,(12)	7,15	1,3,7	1,7,9,10,(12)	7,9	1,3,9,(7)	1,7,(12)	





Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Eszterházy sertéstokány diab., Főtt tészta diab., Tárkonyos zöldségleves	Meggyleves diab., Főtt burgonya diab., Sertésflekken, Csemegeuborka	Tojásleves, Fasírt golyó, Finomfőzelék diab.	Bakonyi betyárleves, Darásmetélt lekvárral CM	Karalábéleves, Juhtúrós sztrapacska	Zöldségleves diab., Bolognai lasagne CH	CukkinikréMLEVES ÚJ, Főtt burgonya diab., Csülökpörkölt, Vegyes vágott savanyúság
		Energia: 843.53 Kcal / 3,525.96 KJ	Energia: 461.86 Kcal / 1,930.57 KJ	Energia: 742.03 Kcal / 3,101.69 KJ	Energia: 789.09 Kcal / 3,298.40 KJ	Energia: 769.52 Kcal / 3,216.59 KJ	Energia: 863.28 Kcal / 3,608.51 KJ	Energia: 861.36 Kcal / 3,600.48 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav 31.76 g 43.22 g 7.95 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 27.51 g 16.14 g 4.92 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 35.92 g 39.71 g 11.61 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 24.43 g 17.62 g 4.58 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 26.84 g 29.87 g 8.27 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 55.51 g 48.90 g 16.18 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 34.09 g 54.60 g 16.49 g
		Szénhidrát Cukor Só 81.63 g 0.00 g 3.37 g	Szénhidrát Cukor Só 56.75 g 0.00 g 5.47 g	Szénhidrát Cukor Só 60.50 g 0.00 g 4.30 g	Szénhidrát Cukor Só 71.58 g 0.00 g 2.57 g	Szénhidrát Cukor Só 95.36 g 0.00 g 0.96 g	Szénhidrát Cukor Só 86.75 g 2.78 g 5.74 g	Szénhidrát Cukor Só 68.25 g 0.00 g 3.05 g
		1,7,9,10,15,(12)	7,15	1,3,7	1,7,9	1,7	1,3,7,9,(6),(12)	1,7,(10),(12)





Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap										
(00123) Szociális laktómentes	Ebéd	Eszterházy sertéstokány LM, Tárkonyos zöldségleves , Főtt tészta	Meggyleves diab. LM , Sertésflekken, Főtt burgonya, Csemegeuborka		Bakonyi betyárleves LM, Darásmetélt lekvárral	Karalábéleves, Túrós sztrapacska LM												
		Energia: 899.83 Kcal / 3,761.29 KJ	Energia: 536.58 Kcal / 2,242.90 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ			Energia: 824.10 Kcal / 3,444.74 KJ	Energia: 670.31 Kcal / 2,801.90 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		
		31.86 g	45.05 g	9.04 g	28.89 g	14.03 g	3.52 g	g	g	g	36.90 g	16.18 g	3.38 g	15.97 g	25.87 g	9.10 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
		91.42 g	9.99 g	3.35 g	71.95 g	0.00 g	5.60 g	g	g	g	133.57 g	19.98 g	3.35 g	92.90 g	0.00 g	0.91 g		
		1,9,10,(12)	15	1,3,7			1,7,9,(12)			1,7			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,(10),(12)		



Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves epekímélő, Eszterházy sertéstokány epek., Főtt tészta	Meggyleves epekím., Főtt burgonya, Céklasaláta , Natúr sertéskaraj	Finomfőzelék pürésítve, Fasírt golyó, Rántott leves pir.zsemlekockával	Lekváros bukta, Sertésraguleves EPE ÚJ	Túrós-joghurtos galuska, Zellerkrémleves epek.	Zöldségleves epek., Zöldséges, húsos lasagne epek.	Cukkinikrémleves ÚJ EPE, Főtt burgonya, Vegyes vágott savanyúság, Sárgarépás sertésragu
		Energia: 844.04 Kcal / 3,528.09 KJ	Energia: 623.02 Kcal / 2,604.22 KJ	Energia: 773.24 Kcal / 3,232.14 KJ	Energia: 726.70 Kcal / 3,037.61 KJ	Energia: 548.19 Kcal / 2,291.43 KJ	Energia: 620.41 Kcal / 2,593.31 KJ	Energia: 658.45 Kcal / 2,752.32 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
		31.95 g 39.24 g 6.29 g	30.99 g 17.19 g 4.12 g	33.19 g 40.98 g 11.22 g	28.17 g 33.36 g 8.60 g	30.27 g 16.56 g 5.57 g	26.17 g 38.73 g 10.13 g	34.21 g 21.25 g 4.31 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
89.95 g 9.99 g 2.61 g	83.33 g 7.99 g 5.47 g	67.64 g 0.00 g 3.22 g	75.59 g 0.00 g 0.63 g	67.74 g 0.00 g 3.57 g	39.78 g 0.00 g 3.90 g	83.05 g 0.00 g 3.32 g		
	1,7,9	7,15	1,3,7	1,7,9,10,(12)	7,9	1,3,9,(7)	1,7,(12)	





Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap											
(00125) Szociális vegetáriánus	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves , Parajos, sajtos tészta	Meggyleves , Főtt burgonya, Csemegeuborka, Rántott zöldségek		Lekváros bukta, Magyaros gombaleves	Karalábéleves, Túrós sztrapacska Vega													
		Energia: 676.01 Kcal / 2,825.72 KJ	Energia: 583.97 Kcal / 2,440.99 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ			Energia: 474.00 Kcal / 1,981.32 KJ	Energia: 674.40 Kcal / 2,818.99 KJ	Energia: Kcal / 0.00 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			
		21.96 g	36.44 g	10.04 g	9.58 g	22.23 g	3.69 g	g	g	g	14.02 g	12.22 g	0.72 g	26.96 g	19.04 g	7.03 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.73 g	0.00 g	3.66 g	90.12 g	12.99 g	3.44 g	g	g	g	74.61 g	0.00 g	1.10 g	95.94 g	0.00 g	0.61 g	g	g	g		
1,7,9		1,3,7		1,3,7			1			1,7			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,(10),(12)			

