

Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00120) Szociális normál</b>	<b>Ebéd</b>	Sárgaborsó leves, Vegyes vágott savanyúság, Bácskai rizseshús	Lebbencsleves, Finomfőzelék, Sült virslis	Gulyásleves, Darásmetélt lekvárral	Tejszínes körteleves, Fokhagymás sertésstarja, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka	Karfiolleves, Csikós tokány, Főtt tészta	Cukkinikrémleves ÚJ, Húsgombóc, Paradicsommártás, Főtt burgonya	Vegyes zöldségleves ÚJ, Hawaii csirkemell, Jázmin rizs														
		Energia: 815.04 Kcal / 3,406.87 KJ	Energia: 771.49 Kcal / 3,224.83 KJ	Energia: 842.55 Kcal / 3,521.86 KJ	Energia: 992.21 Kcal / 4,147.44 KJ	Energia: 762.03 Kcal / 3,185.29 KJ	Energia: 990.34 Kcal / 4,139.62 KJ	Energia: 725.16 Kcal / 3,031.17 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
		39.43 g	29.65 g	6.36 g	34.34 g	49.83 g	16.92 g	31.65 g	20.20 g	4.33 g	22.46 g	64.14 g	20.80 g	37.03 g	31.87 g	7.03 g	35.29 g	38.02 g	10.36 g	49.02 g	20.94 g	7.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.57 g	6.37 g	5.58 g	55.96 g	16.91 g	5.94 g	131.95 g	23.57 g	4.46 g	91.99 g	31.38 g	4.80 g	80.79 g	9.13 g	3.81 g	130.61 g	26.57 g	4.08 g	84.56 g	8.14 g	5.68 g		
1,(12)	1,7,9	1,9,(12)	7	1,7	1,3,7,9,(10),(12)	7,9,(1),(10),(12)																



Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00121) Szociális diab. epe</b>	<b>Ebéd</b>	Brokkolikrémleves CH-EPE, Céklasaláta , Rizseshús epekím.	Lebbencsleves CH-EPE, Főtt virslis, Sárgarépafozelék epék.	Gulyásleves (epékím.), Darásmetélt lekvárral CM	Petrezselymes burgonya, Körtekrémleves EPE, CM ÚJ, Sertéssült epék., Sárgarépás jégsaláta	Joghurtos sertéstokány, Főtt tészta, Karfiolkrémleves CH-EPE	Cukkinikrémleves ÚJ CH-EPE, Húsgombóc , Főtt burgonya, Kapormártás epékím.	Vegyes zöldségleves CH-E ÚJ, Sonkás-sajtos csirkemell, Jázmin rizs														
		Energia: 734.93 Kcal / 3,072.01 Kj	Energia: 656.78 Kcal / 2,745.34 Kj	Energia: 674.23 Kcal / 2,818.28 Kj	Energia: 518.07 Kcal / 2,165.53 Kj	Energia: 633.99 Kcal / 2,650.08 Kj	Energia: 855.95 Kcal / 3,577.87 Kj	Energia: 670.01 Kcal / 2,800.64 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
		34.04 g	24.73 g	5.60 g	28.49 g	40.75 g	12.98 g	16.47 g	8.98 g	2.18 g	28.81 g	16.67 g	3.98 g	34.11 g	27.61 g	5.36 g	32.37 g	37.13 g	9.89 g	47.29 g	19.58 g	5.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
92.71 g	11.61 g	5.67 g	54.99 g	10.63 g	7.30 g	67.96 g	3.01 g	3.47 g	61.81 g	16.19 g	1.30 g	61.43 g	5.09 g	3.26 g	96.57 g	8.09 g	4.31 g	76.67 g	2.83 g	5.58 g		
1	1,3,7,9		1,9	7		1,7	1,3,7		7,9,(1),(10),(12)													



Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00122) Szociális diabetikus</b>	<b>Ebéd</b>	Sárgaborsó leves, Bácskai rizseshús , Vegyes vágott savanyúság	Lebbencsleves CH, Finomfőzelék diab., Sült virsli	Gulyásleves diab., Darásmetélt lekvárral CM	Tejszínes körteleves diab., Petrezselymes burgonya diab., Fokhagymás sertéstarja, Csemegeuborka	Főtt tészta diab., Karfiolleves, Csikós tokány	Cukkinikrémleves ÚJ, Húsgombóc diab., Paradicsommártás CM, Főtt burgonya diab.	Vegyes zöldségleves CH ÚJ, Sonkás-sajtos csirkemell, Jázmin rizs														
		Energia: 815.04 Kcal / 3,406.87 KJ	Energia: 792.70 Kcal / 3,313.49 KJ	Energia: 737.76 Kcal / 3,083.84 KJ	Energia: 840.44 Kcal / 3,513.04 KJ	Energia: 770.42 Kcal / 3,220.36 KJ	Energia: 791.60 Kcal / 3,308.89 KJ	Energia: 676.81 Kcal / 2,829.07 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
		39.43 g	29.65 g	6.36 g	35.84 g	50.61 g	17.34 g	16.25 g	19.05 g	4.29 g	19.61 g	57.49 g	17.93 g	37.03 g	32.80 g	7.14 g	30.52 g	39.53 g	10.51 g	48.35 g	19.69 g	5.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.57 g	6.37 g	5.58 g	57.60 g	17.33 g	5.95 g	61.47 g	3.39 g	3.64 g	60.64 g	15.62 g	4.69 g	80.79 g	9.13 g	3.81 g	82.60 g	13.19 g	3.84 g	76.36 g	3.74 g	5.55 g		
1,(12)			1,3,7,9			1,9			7			1,7			1,3,7,9,15,(10),(12)				7,9,(1),(10),(12)			





### Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap											
<b>(00123) Szociális laktózmentes</b>	<b>Ebéd</b>	Sárgaborsó leves, Vegyes vágott savanyúság, Bácskai rizseshús	Lebbencsleves Laktózmentes, Finomfőzelék LM, Sült virsli	Gulyásleves LM, Darásmetélt lekvárral	Fokhagymás sertéstarja, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka, Körteleves LM ÚJ	Karfiolleves, Csikós tokány LM, Főtt tészta													
		Energia: 815.04 Kcal / 3,406.87 KJ		Energia: 807.02 Kcal / 3,373.34 KJ		Energia: 741.51 Kcal / 3,099.51 KJ		Energia: 971.60 Kcal / 4,061.29 KJ		Energia: 750.05 Kcal / 3,135.21 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
		39.43 g	29.65 g	6.36 g	36.08 g	51.84 g	18.02 g	30.87 g	10.05 g	2.21 g	22.05 g	63.40 g	19.97 g	38.45 g	30.39 g	5.98 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.57 g	6.37 g	5.58 g	58.60 g	12.03 g	5.93 g	130.44 g	22.99 g	4.29 g	76.11 g	14.64 g	5.47 g	79.72 g	7.84 g	3.80 g	g	g	g		
1,(12)		1,7,9		1,9,(12)		(1)		1		1,3,7,9,(10),(12)		7,9,(1),(10),(12)							



Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél</b>	<b>Ebéd</b>	Brokkolikrémleves epekím., Céklasaláta , Rizseshús epekím.	Lebbencsleves Epekímélő, Főtt virsli, Sárgarépa főzelék epek.	Gulyásleves (epekím.), Darásmetélt lekvárral	Petrezselymes burgonya, Sertéssült epek., Sárgarépás jégsaláta, Körtekrémleves epekím.	Joghurtos sertéstokány, Főtt tészta, Karfiolkrémleves	Cukkinikrémleves ÚJ EPE, Húsgombóc , Főtt burgonya, Kapormártás epekím.	Vegyes zöldségleves EPE ÚJ, Sonkás-sajtos csirkemell, Jázmin rizs														
		Energia: 650.70 Kcal / 2,719.93 Kj	Energia: 659.34 Kcal / 2,756.04 Kj	Energia: 741.51 Kcal / 3,099.51 Kj	Energia: 644.15 Kcal / 2,692.55 Kj	Energia: 668.62 Kcal / 2,794.83 Kj	Energia: 924.40 Kcal / 3,863.99 Kj	Energia: 670.01 Kcal / 2,800.64 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
		32.45 g	22.95 g	4.83 g	28.73 g	40.68 g	12.96 g	30.87 g	10.05 g	2.21 g	31.15 g	19.12 g	4.34 g	37.62 g	22.86 g	4.98 g	34.19 g	37.28 g	9.91 g	47.29 g	19.58 g	5.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.56 g	12.20 g	5.69 g	55.99 g	10.63 g	7.30 g	130.44 g	22.99 g	4.29 g	84.92 g	26.08 g	0.70 g	77.32 g	4.70 g	4.20 g	111.17 g	8.45 g	4.46 g	76.67 g	2.83 g	5.58 g		
1,7			1,7,9			1,9,(12)			7			1,7			1,3,7			7,9,(1),(10),(12)				





### Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00125) Szociális vegetáriánus</b>	<b>Ebéd</b>	Sárgaborsó leves, Petrezselymes rizs, Rántott zöldségek, Vegyes vágott savanyúság	Lebbencsleves V, Finomfőzelék, Falafel	Darásmetélt lekvárral, Hamis gulyásleves	Tejszínes körteleves, Petrezselymes burgonya, Rántott cukkini V	Karfiolleves, Csőbensült sajtos- parajos tészta																
		Energia: 739.53 Kcal / 3,091.24 KJ	Energia: 399.00 Kcal / 1,667.82 KJ	Energia: 688.12 Kcal / 2,876.34 KJ	Energia: 1,004.41 Kcal / 4,198.43 KJ	Energia: 779.27 Kcal / 3,257.35 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	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav			
		18.72 g	28.13 g	3.31 g	16.71 g	14.34 g	2.43 g	19.58 g	5.28 g	0.48 g	20.15 g	44.51 g	7.62 g	30.03 g	27.97 g	7.78 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
		101.97 g	3.17 g	4.18 g	62.17 g	17.31 g	5.54 g	139.10 g	23.46 g	3.13 g	141.20 g	41.13 g	1.21 g	100.91 g	10.08 g	6.04 g	g	g	g	g	g	g
1,3,(12)		1,7,9		1,(12)		1,3,7		1,3,7		1,3,7,9,(10),(12)			7,9,(1),(10),(12)									

