

Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00120) Szociális normál	Ebéd	Kapros-tejfölös zöldbableves, Paradicsomos káposzta, Sült debreceni	Fokhagyma krémleves, Frankfurteri sertés tokány, Párolt rizs	Nyírségi gombócleves, Piskóta vanília öntettel	Tarhonyaleves, Sertésszelet jóasszony raguval, Petrezselymes burgonya	Vegyes gyümölcsleves, Húsimádó penne	Karalábéleves, Kínai csirkés pirított tészta	Tejszínes Gombakrémleves ÚJ, Extra sajtos csirkemell, Zöldséges jázminrizs
		Energia: 721.29 Kcal / 3,014.99 Kj	Energia: 743.94 Kcal / 3,109.67 Kj	Energia: 775.27 Kcal / 3,240.63 Kj	Energia: 1,211.27 Kcal / 5,063.11 Kj	Energia: 814.22 Kcal / 3,403.44 Kj	Energia: 754.10 Kcal / 3,152.14 Kj	Energia: 928.59 Kcal / 3,881.51 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
		26.11 g 43.84 g 12.73 g	26.12 g 33.33 g 9.18 g	28.17 g 33.75 g 4.86 g	35.65 g 76.47 g 23.03 g	34.73 g 23.81 g 7.01 g	47.99 g 15.53 g 1.88 g	61.87 g 52.43 g 24.35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
54.01 g 28.29 g 4.06 g	84.20 g 5.01 g 4.68 g	84.48 g 16.45 g 1.88 g	92.13 g 8.48 g 3.41 g	116.90 g 36.21 g 3.48 g	104.26 g 16.75 g 2.34 g	104.26 g 1.85 g 6.49 g		
1,7	1,7	1,7	1,9,(6),(7)	1,7,(6),(8),(12)	1,6	1,3,7,9,(10),(12)		



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
(00121) Szociális diab. epe	Ebéd	Kapros zöldbabbpüréleves, Natúr sertésszelet epekímélő, Burgonyafőzelék epekím.	Párolt rizs, Virslis sertéstokány, Zöldségkrémleves epek.	Nyírségi gombócleves epekímélő, Piskóta vanília öntettel epekím.	Tarhonyaleves epekím., Sertésszelet zöldségraguval, Petrezselymes burgonya	Almaleves EPE, CM ÚJ, Zöldséges-húsos penne	Pirított zöldséges tészta CH-epek., Brokkolikrémleves CH-EPE	Extra sajtos csirkemell, Zöldséges jázminrizs, Zöldségleves diab.	
		Energia: 535.81 Kcal / 2,239.69 KJ	Energia: 626.74 Kcal / 2,619.77 KJ	Energia: 711.67 Kcal / 2,974.78 KJ	Energia: 932.14 Kcal / 3,896.35 KJ	Energia: 800.08 Kcal / 3,344.33 KJ	Energia: 702.13 Kcal / 2,934.90 KJ	Energia: 798.34 Kcal / 3,337.06 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
		29.77 g 17.93 g 4.04 g	27.30 g 31.49 g 10.29 g	22.25 g 30.21 g 2.71 g	27.37 g 65.16 g 19.99 g	31.95 g 30.24 g 8.82 g	70.16 g 16.40 g 3.65 g	56.12 g 46.79 g 21.29 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
62.35 g 2.92 g 4.86 g	57.61 g 4.93 g 2.61 g	82.64 g 13.61 g 1.78 g	58.29 g 3.16 g 2.57 g	98.22 g 9.09 g 4.35 g	58.55 g 5.93 g 5.05 g	77.82 g 5.78 g 6.12 g			
1,7	1,9	1,7	1,9,(6),(7)	1,7,9,(10),(12)	1	1,3,7,9			



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00122) Szociális diabetikus	Ebéd	Paradicsomos káposzta CM, Kapros-tejfölös zöldbableves, Sült debreceni	Párolt rizs diab., Fokhagyma krémleves, Frankfurti sertés tokány	Piskóta vanília öntettel CM, Nyírségi gombóclevés	Tarhonyaleves diab., Petrezselymes burgonya diab., Sertésszelet jóasszony raguval	Vegyes gyümölcsleves CM, Húsimádó penne diab.	Kínai pirított tészta diab, Karalábéleves	Tejszínes Gombakrémleves CH ÚJ, Extra sajtos csirkemell, Zöldséges jázminrizs
		Energia: 689.16 Kcal / 2,880.69 KJ	Energia: 735.55 Kcal / 3,074.60 KJ	Energia: 743.15 Kcal / 3,106.37 KJ	Energia: 1,055.58 Kcal / 4,412.32 KJ	Energia: 763.86 Kcal / 3,192.93 KJ	Energia: 724.18 Kcal / 3,027.07 KJ	Energia: 840.64 Kcal / 3,513.88 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
		26.11 g 43.84 g 12.73 g	26.12 g 32.41 g 9.08 g	28.17 g 33.75 g 4.86 g	31.82 g 73.97 g 22.74 g	63.09 g 26.21 g 8.24 g	71.49 g 17.43 g 2.98 g	60.01 g 51.81 g 24.27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
46.02 g 20.30 g 4.06 g	84.20 g 5.01 g 4.68 g	76.49 g 8.46 g 1.88 g	63.32 g 7.72 g 3.32 g	61.16 g 11.03 g 3.39 g	60.46 g 13.75 g 2.24 g	85.98 g 1.85 g 6.20 g		
	1,7,15	1,7	1,7,15	1,9,(6),(7)	1,7,15,(6),(8),(12)	1,6	1,3,7,9,(10),(12)	



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00123) Szociális laktómentes	Ebéd	Kapros-tejfölös zöldbableves LM, Paradicsomos káposzta, Sült debreceni	Fokhagyma krémleves LM, Frankfurti sertés tokány, Párolt rizs	Nyírségi gombóclevés LM, Piskóta vanília öntettel CM LM	Tarhonyaleves, Sertésszelet jóasszony raguval, Petrezselymes burgonya	Vegyes gyümölcsleves LM, Húsimádó penne		
		Energia: 745.76 Kcal / 3,117.28 KJ	Energia: 727.14 Kcal / 3,039.45 KJ	Energia: 716.82 Kcal / 2,996.31 KJ	Energia: 1,211.27 Kcal / 5,063.11 KJ	Energia: 829.43 Kcal / 3,467.02 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	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		26.21 g 46.60 g 13.93 g	26.23 g 31.37 g 7.85 g	25.68 g 32.04 g 3.61 g	35.65 g 76.47 g 23.03 g	33.31 g 27.38 g 8.61 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
53.80 g 27.00 g 4.04 g	84.33 g 5.01 g 4.68 g	76.25 g 6.22 g 1.77 g	92.13 g 8.48 g 3.41 g	109.74 g 28.03 g 3.42 g	g g g	g g g		
1	1	1,15	1,9,(6),(7)	1,(6),(7),(8),(12)	1,6	1,3,7,9,(10),(12)		



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Kapros zöldbabbüréleves, Natúr sertésszelet epekímélő, Burgonyafőzelék epekím.	Párolt rizs, Zöldségkrémleves epek., Virslis sertéstokány	Nyírségi gombóclevés epekímélő, Piskóta vanília öntettel epekím.	Tarhonyaleves epekím., Sertésszelet zöldségraguval, Petrezselymes burgonya	Almaleves EPE ÚJ, Zöldséges- húsos tészta epek.	Pirított zöldséges tészta epek., Brokkolikrémleves epekím.	Extra sajtos csirkemell epekím, Zöldséges jázminrizs, Zöldségleves tésztaival epek.
		Energia: 535.81 Kcal / 2,239.69 KJ	Energia: 728.56 Kcal / 3,045.38 KJ	Energia: 711.67 Kcal / 2,974.78 KJ	Energia: 1,021.97 Kcal / 4,271.83 KJ	Energia: 679.82 Kcal / 2,841.65 KJ	Energia: 647.83 Kcal / 2,707.93 KJ	Energia: 788.30 Kcal / 3,295.09 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
		29.77 g 17.93 g 4.04 g	29.32 g 33.19 g 10.49 g	22.25 g 30.21 g 2.71 g	29.32 g 67.49 g 20.26 g	26.96 g 12.17 g 2.94 g	45.07 g 12.72 g 1.78 g	49.20 g 40.96 g 17.64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
62.35 g 2.92 g 4.86 g	77.09 g 5.23 g 2.90 g	82.64 g 13.61 g 1.78 g	73.18 g 3.52 g 2.65 g	114.09 g 34.80 g 2.84 g	87.20 g 9.52 g 5.17 g	90.54 g 2.87 g 4.92 g		
1,7	1,9	1,7	1,9,(6),(7)	1,7,9	1,7	1,3,7,9		



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap								
(00125) Szociális vegetáriánus	Ebéd	Kapros-tejfölös zöldbableves, Paradicsomos káposzta, Falafel	Fokhagyma krémleves, Párolt rizs, Sajtmártás, Zöldséges rétes	Gombóclevés, Piskóta vanília öntettel	Tarhonyaleves, Petrezselymes burgonya, Karfiolburger	Vegyes gyümölcsleves*, Paradicsom-zöldéges penne										
		Energia: 502.41 Kcal / 2,100.07 KJ	Energia: 1,030.87 Kcal / 4,309.04 KJ	Energia: 663.79 Kcal / 2,774.64 KJ	Energia: 1,637.89 Kcal / 6,846.38 KJ	Energia: 563.85 Kcal / 2,356.89 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
		13.98 g	23.14 g	4.20 g	32.97 g	58.09 g	20.64 g	13.47 g	28.08 g	2.84 g	24.48 g	116.61 g	15.59 g	15.50 g	10.70 g	2.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.61 g	28.29 g	1.45 g	97.76 g	11.13 g	5.92 g	84.20 g	16.45 g	1.73 g	119.40 g	11.63 g	1.85 g	98.19 g	24.34 g	4.16 g
	1,7		1,7		1,7		1,3,9,(7)		1,7,(3)		1,6		1,3,7,9,(10),(12)			

