

Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00120) Szociális normál</b>	<b>Ebéd</b>	Hidegcsomag Húsvéti Normál 2 (3,9,1,7)	Cigánypecsenye (1), Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka, Erdei gyümölcskrémleve s(7)	Darásmetélt lekvárral(1), Tárkonyos csirkeraguleves (1,7)	Lebbencsleves(1), Zöldbabfőzelék (1,7), Vagdalt (3,1)	Kertészleves(9), Zöldséges sertés rizottó(7)	Rántott leves pir.zsemlekokkával (1), Töltött csirkecomb(3,1), Hagymás törtburgonya, Céklasaláta	Magyaros gombaleves(1), Rakott kelkáposzta (7)														
		Energia: 3,658.99 Kcal / 15,294.58 Kj	Energia: 1,236.94 Kcal / 5,170.41 Kj	Energia: 806.15 Kcal / 3,369.71 Kj	Energia: 707.29 Kcal / 2,956.47 Kj	Energia: 628.25 Kcal / 2,626.09 Kj	Energia: 1,029.22 Kcal / 4,302.14 Kj	Energia: 858.66 Kcal / 3,589.20 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
		234.27 g	100.27 g	40.37 g	28.46 g	85.37 g	27.68 g	38.29 g	13.35 g	2.77 g	29.62 g	35.06 g	10.23 g	35.40 g	23.87 g	7.41 g	75.12 g	38.73 g	6.85 g	37.98 g	41.03 g	11.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
455.99 g	96.94 g	33.38 g	90.50 g	17.95 g	6.62 g	131.90 g	25.89 g	2.42 g	66.83 g	9.42 g	3.29 g	66.78 g	6.42 g	2.57 g	92.49 g	16.54 g	5.35 g	83.08 g	6.48 g	4.58 g		
1,3,7,9,(5),(6),(8), (10)	1,7,(6),(8),(12)	1,7,(12)	1,3,7	7,9	1,3	1,7																



Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00121) Szociális diab. epe</b>	<b>Ebéd</b>	Hidegcsomag Húsvéti Normál 2 (3,9,1,7)	Céklasaláta , Natúr sertéskaraj, Petrezselymes burgonya, Almakrémleves CH-EPE(7)	Darásmetélt lekvárral CH-EPE (1), Tárkonyos csirkeraguleves diab.(9,1,7)	Lebbencsleves diab., epekímélő (1), Zöldbabpüréfőzelé k(1,7), Vagdalt epekím.(1)	Kertészlevespüré epekím.(9), Zöldséges sertés rizottó epekím.(7)	Rántott leves pir.zsemlekokkával (1), Sült csirkecomb bőr nélkül CH-EPE ÚJ, Tört burgonya , Céklasaláta	Sárgarépakrémlev es epekím., Rakott tök epekímélő(7)														
		Energia: 3,658.99 Kcal / 15,294.58 Kj	Energia: 588.69 Kcal / 2,460.72 Kj	Energia: 726.77 Kcal / 3,037.90 Kj	Energia: 555.10 Kcal / 2,320.32 Kj	Energia: 581.95 Kcal / 2,432.55 Kj	Energia: 447.72 Kcal / 1,871.47 Kj	Energia: 450.73 Kcal / 1,884.05 Kj														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		234.27 g	100.27 g	40.37 g	28.02 g	21.65 g	4.61 g	22.85 g	11.73 g	2.43 g	24.55 g	31.14 g	8.36 g	32.23 g	23.68 g	7.41 g	47.17 g	27.02 g	4.43 g	21.39 g	15.33 g	3.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
455.99 g	96.94 g	33.38 g	68.31 g	13.85 g	5.05 g	68.58 g	2.16 g	1.64 g	43.26 g	5.91 g	3.23 g	58.99 g	3.68 g	2.56 g	63.71 g	12.64 g	4.61 g	55.88 g	8.49 g	6.12 g		
1,3,7,9,(5),(6),(8), (10)	7		1,7,9		1,7		7,9		1,(3),(6),(7),(10), (11)	7												



Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
<b>(00122) Szociális diabetikus</b>	<b>Ebéd</b>	Hidegcsomag Húsvéti CH 2 (3,9,7)	Petrezselymes burgonya diab., Cigánypecsenye (1), Csemegeuborka, Erdei gyümölcskrémleves s CH(7)	Darásmetélt lekvárral CM(1), Tárkonyos csirkeraguleves epekím.(9,1,7)	Lebbencsleves diab.(1), Zöldbabfőzelék diab.(1,7), Vagdalt (3,1)	Kertészleves (9), Zöldséges sertés rizottó(7)	Hagymás törtburgonya, Rántott leves pir.zsemlekockával (1), Töltött csirkecomb(3,1), Céklasaláta	Magyaros gombaleves(1), Rakott kelkáposzta (7)														
		Energia: 2,128.83 Kcal / 8,898.51 KJ	Energia: 1,088.36 Kcal / 4,549.34 KJ	Energia: 702.36 Kcal / 2,935.86 KJ	Energia: 632.28 Kcal / 2,642.93 KJ	Energia: 628.32 Kcal / 2,626.38 KJ	Energia: 1,029.22 Kcal / 4,302.14 KJ	Energia: 858.66 Kcal / 3,589.20 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
		205.77 g	51.15 g	23.83 g	26.51 g	83.04 g	27.41 g	22.29 g	9.83 g	1.44 g	27.62 g	34.90 g	10.21 g	35.21 g	23.82 g	7.40 g	75.12 g	38.73 g	6.85 g	37.98 g	41.03 g	11.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
273.96 g	69.77 g	28.95 g	61.01 g	2.76 g	6.54 g	67.42 g	1.83 g	1.63 g	50.83 g	8.78 g	3.28 g	67.09 g	6.57 g	2.58 g	92.49 g	16.54 g	5.35 g	83.08 g	6.48 g	4.58 g		
3,7,9,(1),(5),(6),(8), (10)	1,7,(6),(8),(12)	1,7,9	1,3,7	7,9	1,3	1,7																



Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap																																										
<b>(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél</b>	<b>Ebéd</b>	Hidegcsomag Húsvéti Epe 2 (3,9,1,7)	Petrezselymes burgonya, Natúr sertéskaraj, Céklasaláta , Almakrémleves epekím.(7)	Darásmetélt lekvárral(1), Tárkonyos csirkeraguleves epekím.(9,1,7)	Lebbencsleves epekím.(1), Zöldbabpüréfőzelé k(1,7), Vagdalt epekím.(1)	Kertészlevespüré epekím.(9), Zöldséges sertés rizottó epekím.(7)	Rántott leves pir.zsemlekockával (1), Sült csirkecomb EPE ÚJ, Tört burgonya , Céklasaláta	Sárgarépakrémlev es epekím., Rakott tök epekímélő(7)																																										
		Energia: 3,619.48 Kcal / 15,129.43 Kj	Energia: 707.67 Kcal / 2,958.06 Kj	Energia: 769.64 Kcal / 3,217.10 Kj	Energia: 630.11 Kcal / 2,633.86 Kj	Energia: 581.95 Kcal / 2,432.55 Kj	Energia: 525.97 Kcal / 2,198.55 Kj	Energia: 450.73 Kcal / 1,884.05 Kj																																										
		<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>212.97 g</td> <td>104.80 g</td> <td>35.13 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	212.97 g	104.80 g	35.13 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>29.97 g</td> <td>23.98 g</td> <td>4.88 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	29.97 g	23.98 g	4.88 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>36.69 g</td> <td>10.90 g</td> <td>1.47 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	36.69 g	10.90 g	1.47 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>26.55 g</td> <td>31.30 g</td> <td>8.38 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	26.55 g	31.30 g	8.38 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>32.23 g</td> <td>23.68 g</td> <td>7.41 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	32.23 g	23.68 g	7.41 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>48.99 g</td> <td>28.25 g</td> <td>4.57 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	48.99 g	28.25 g	4.57 g	<table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>21.39 g</td> <td>15.33 g</td> <td>3.17 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	21.39 g	15.33 g	3.17 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																														
		212.97 g	104.80 g	35.13 g																																														
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																
29.97 g	23.98 g	4.88 g																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																
36.69 g	10.90 g	1.47 g																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																
26.55 g	31.30 g	8.38 g																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																
32.23 g	23.68 g	7.41 g																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																
48.99 g	28.25 g	4.57 g																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																
21.39 g	15.33 g	3.17 g																																																
<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>446.67 g</td> <td>74.14 g</td> <td>32.63 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	446.67 g	74.14 g	32.63 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>90.43 g</td> <td>21.66 g</td> <td>5.13 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	90.43 g	21.66 g	5.13 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>129.90 g</td> <td>24.91 g</td> <td>2.45 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	129.90 g	24.91 g	2.45 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>59.26 g</td> <td>6.55 g</td> <td>3.23 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	59.26 g	6.55 g	3.23 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>58.99 g</td> <td>3.68 g</td> <td>2.56 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	58.99 g	3.68 g	2.56 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>78.31 g</td> <td>13.22 g</td> <td>4.90 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	78.31 g	13.22 g	4.90 g	<table border="1"> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>55.88 g</td> <td>8.49 g</td> <td>6.12 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	55.88 g	8.49 g	6.12 g		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
446.67 g	74.14 g	32.63 g																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
90.43 g	21.66 g	5.13 g																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
129.90 g	24.91 g	2.45 g																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
59.26 g	6.55 g	3.23 g																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
58.99 g	3.68 g	2.56 g																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
78.31 g	13.22 g	4.90 g																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																
55.88 g	8.49 g	6.12 g																																																
1,3,7,9,(5),(6),(8), (10)	7	1,7,9,(12)	1,7	7,9	1,(3),(6),(7),(10), (11)	7																																												



Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap								
<b>(00123) Szociális laktómentes</b>	<b>Ebéd</b>		Cigánypecsenye (1), Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka, Erdei gyümölcskrémleves LM(7)	Darásmetélt lekvárral(1), Tárkonyos csirkeraguleves LM (1)	Zöldbabfőzelék LM(1), Lebbencsleves(1), Vagdalt (3,1)	Kertészleves(9), Zöldséges sertés rizottó LM(7)										
		Energia: Kcal / 0.00 Kj		Energia: 1,237.02 Kcal / 5,170.74 Kj		Energia: 814.10 Kcal / 3,402.94 Kj		Energia: 731.83 Kcal / 3,059.05 Kj		Energia: 553.88 Kcal / 2,315.22 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
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
		1,3,7,9,(5),(6),(8),(10)	1,7,(6),(8),(12)	1,(12)	1,3,(7)	7,9	1,3	1,7								



Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap								
<b>(00125) Szociális vegetáriánus</b>	<b>Ebéd</b>		Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka, Erdei gyümölcskrémleves(7), Zöldséges rétes	Darásmetélt lekvárral(1), Zöldségleves(9)	Lebbencsleves(1), Zöldbabfőzelék (1,7), Falafel	Zöldség rizottó vega, Kertészleves (9)										
		Energia: Kcal / 0.00 Kj		Energia: 626.52 Kcal / 2,618.85 Kj	Energia: 712.68 Kcal / 2,979.00 Kj	Energia: 431.80 Kcal / 1,804.92 Kj	Energia: 496.71 Kcal / 2,076.25 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
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g		
			15.86 g	26.79 g	5.92 g	20.08 g	12.79 g	1.32 g	13.62 g	17.28 g	3.47 g	17.99 g	14.98 g	1.69 g		
			87.43 g	20.75 g	3.81 g	127.96 g	26.29 g	3.67 g	54.65 g	9.05 g	2.53 g	71.45 g	6.86 g	2.43 g		
			1,3,7,9,(5),(6),(8), (10)	7,(1),(6),(8),(12)	1,9,(12)	1,7	9	1,3	1,7							

