

Heti étlap 2025.05.05. - 2025.05.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>(00120)</b> <b>Szociális</b> <b>normál</b>	<b>Ebéd</b>	Zöldségkrémleves [9], Lecsós sült csirkecomb[9,(1)], Tarhonya köret[1]	Daragaluska leves [1,3,9,(7)], Parajfőzelék[1,7], Főtt tojás[3]	Küküllői kolbászleves [1,7,10,(12)], Császármorzsa lekvárral[1,3,7,(12)]	Tejszínes körtekrémleves[7], Budapest aprópecsenye, Főtt burgonya	Sertésszelet, Petrezselymes rizs, Sajtmártás[1,7], Magyaros zöldborsóleves[1,(10,12)]	Gombakrémleves [7,(1,12)], Rántott csirkecomb[1,3,(7)], Burgonyapüré [6,7,(1)]	Francia Hagymaleves új [1,7,9], Római rakott tészta[1,7]
		Energia: 687.18 Kcal / 2,872.41 KJ	Energia: 481.23 Kcal / 2,011.54 KJ	Energia: 1,171.16 Kcal / 4,895.45 KJ	Energia: 915.01 Kcal / 3,824.74 KJ	Energia: 1,065.42 Kcal / 4,453.46 KJ	Energia: 782.72 Kcal / 3,271.77 KJ	Energia: 797.70 Kcal / 3,334.39 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
		36.83 g 21.02 g 3.03 g	22.01 g 20.81 g 4.60 g	34.93 g 49.71 g 13.08 g	36.61 g 43.04 g 19.68 g	49.29 g 52.11 g 18.06 g	51.32 g 30.49 g 9.08 g	45.06 g 27.67 g 9.02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
86.47 g 4.96 g 3.13 g	50.52 g 9.74 g 2.57 g	147.00 g 65.68 g 3.74 g	93.08 g 31.81 g 2.20 g	98.60 g 10.01 g 6.54 g	89.83 g 7.38 g 8.52 g	92.10 g 11.05 g 2.84 g		
1,9	1,3,7,9	1,3,7,10,(12)	7	1,7,(10),(12)	1,3,6,7,(12)	1,7,9		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>(00121) Szociális diab. epe</b>	<b>Ebéd</b>	Zöldségkrémleves epek.[9], Tarhonya köret[1], Sárgarépas csirkecomb CH-EPE ÚJ(1,3,6,7,			Daragaluska leves [1,3,9,(7)], Parajfőzelék[1,7], Főtt virsli			Burgonyaleves virslivel (epekím.) [1,7], Darásmetélt lekvárral CM 50 CH[1]			Körtekrémleves epekím.[7], Budapest aprópecsenye epekím., Főtt burgonya			Petrezselymes rizs, Sajtós sertésszelet[1,7], Zöldborsópürélevés [1]			Burgonyapüré epekím.[6,(1,7)], Cukkini krémleves TM[1], Sült csirkecomb bőr nélkül CH-EPE ÚJ (1,3			Csirkehúsos zöldséges tészta[1,(3)], Brokkolikrémleves CH-EPE[1]		
		Energia: 351.57 Kcal / 1,469.56 KJ			Energia: 723.12 Kcal / 3,022.64 KJ			Energia: 891.81 Kcal / 3,727.77 KJ			Energia: 495.06 Kcal / 2,069.35 KJ			Energia: 717.57 Kcal / 2,999.44 KJ			Energia: 321.27 Kcal / 1,342.91 KJ			Energia: 602.38 Kcal / 2,517.95 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
		51.77 g	14.92 g	3.03 g	38.01 g	38.78 g	9.29 g	33.08 g	22.44 g	4.47 g	31.01 g	11.86 g	3.75 g	35.86 g	30.73 g	8.03 g	46.69 g	22.54 g	4.93 g	39.95 g	13.77 g	3.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.55 g	4.84 g	3.60 g	54.33 g	9.74 g	5.15 g	137.73 g	2.84 g	2.94 g	64.70 g	22.49 g	1.64 g	73.27 g	6.12 g	1.63 g	54.40 g	4.72 g	4.04 g	78.42 g	0.82 g	5.32 g		
1,9,(3),(6),(7),(10),(11)			1,3,7,9			1,7			7			1,7			1,6,(3),(7),(10),(11)			1,(3)				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>(00122) Szociális diabetikus</b>	<b>Ebéd</b>	Zöldségkrémleves diab.[9], Tarhonya köret diab.[1], Lecsós sült csirkecomb[9,(1)]			Daragaluska leves [1,3,9,(7)], Parajfőzelék[1,7], Főtt tojás[3]			Küküllői kolbászleves [1,7,10,(12)], Darásmetélt lekvárral CM 50 CH[1]			Tejszínes körtekrémleves diab.[7], Főtt burgonya diab., Budapest aprópecsenye			Petrezselymes rizs diab., Sertésszelet, Sajtmártás[1,7], Magyaros zöldborsóleves DIAB[1]			Burgonyapüré diab.[6,7,(1)], Gombakrémleves [7,(1,12)], Sült csirkecomb (1,3,6,7,10,11)			Francia Hagymaleves CH [1,7,9], Római rakott tészta[1,7]		
		Energia: 590.42 Kcal / 2,467.96 Kj			Energia: 481.23 Kcal / 2,011.54 Kj			Energia: 993.30 Kcal / 4,151.99 Kj			Energia: 787.29 Kcal / 3,290.87 Kj			Energia: 944.73 Kcal / 3,948.97 Kj			Energia: 565.03 Kcal / 2,361.83 Kj			Energia: 797.70 Kcal / 3,334.39 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
		33.80 g	19.29 g	2.85 g	22.01 g	20.81 g	4.60 g	37.54 g	35.43 g	10.30 g	34.79 g	42.89 g	19.66 g	45.80 g	52.75 g	18.12 g	39.67 g	29.19 g	7.99 g	45.06 g	27.67 g	9.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.29 g	4.75 g	2.83 g	50.52 g	9.74 g	2.57 g	132.72 g	7.71 g	4.91 g	63.75 g	16.51 g	2.05 g	70.68 g	9.08 g	6.25 g	45.86 g	5.56 g	5.94 g	92.10 g	11.05 g	2.84 g		
1,9			1,3,7,9			1,7,10,(12)			7			1,7			6,7,(1),(3),(10),(11),(12)			1,7,9				



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
<b>(00123) Szociális laktózmentes</b>	<b>Ebéd</b>	Zöldségkrémleves LM[9], Lecsós sült csirkecomb[9,(1)], Tarhonya köret[1]	Parajfőzelék LM [1,7], Daragaluska leves[1,3,9,(7)], Főtt tojás[3]	Küküllői kolbászleves laktózmentes[1,10,, Császármorzsa lekvárral[1,3,7,(12)]	Körtekrémleves LM[7], Budapest aprópecsenye, Főtt burgonya	Sajtmártás LM [1,7], Sertésszelet, Petrezselymes rizs, Magyaros zöldborsóleves[1, (10,12)]		
		Energia: 647.53 Kcal / 2,706.68 KJ	Energia: 492.99 Kcal / 2,060.70 KJ	Energia: 1,191.61 Kcal / 4,980.93 KJ	Energia: 669.81 Kcal / 2,799.81 KJ	Energia: 841.23 Kcal / 3,516.34 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
		35.61 g 20.98 g 3.03 g	22.01 g 22.11 g 5.31 g	34.78 g 50.89 g 13.41 g	35.82 g 19.84 g 6.69 g	49.06 g 40.83 g 11.67 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
78.10 g 5.18 g 3.10 g	50.52 g 4.44 g 2.55 g	146.56 g 64.61 g 3.72 g	84.93 g 24.32 g 2.20 g	97.96 g 5.61 g 5.49 g	g g g	g g g		
<b>1,9</b>	<b>1,3,7,9</b>	<b>1,3,7,10,(12)</b>	<b>7</b>	<b>1,7,(10),(12)</b>	<b>1,3,6,7,(12)</b>	<b>1,7,9</b>		



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00124) Szociális epe és bélrendszer kímél	Ebéd	Sárgarépás csirkecomb EPE ÚJ(1,3,6,7,10,, Tarhonya köret[1], Zöldségrémléves epek.[9]			Daragaluska leves epekímélő[1,3,9], Parajfőzelék epekím.[1], Főtt virsli			Császármorzsa epekímélő[1,3,7,(12)], Burgonyaleves virslivel (epekím.) [1,7]			Körtekrémleves epekím.[7], Budapest aprópecsenye epekím., Főtt burgonya			Petrezselymes rizs, Zöldborsópüréleves [1], Sajtos sertésszelet[1,7]			Burgonyapüré epekím.[6,(1,7)], Cukkinikrémleves epekím.[7], Sült csirkecomb (bőr nélk.)			Csirkehúsos zöldséges tészta[1,(3)], Brokkolikrémleves epekím.[1,7]		
		Energia: 457.70 Kcal / 1,913.19 Kj			Energia: 601.20 Kcal / 2,513.02 Kj			Energia: 1,055.30 Kcal / 4,411.15 Kj			Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 Kj			Energia: 819.17 Kcal / 3,424.13 Kj			Energia: 507.17 Kcal / 2,119.97 Kj			Energia: 518.15 Kcal / 2,165.87 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
		55.05 g	16.67 g	3.21 g	32.06 g	34.74 g	7.54 g	30.35 g	36.72 g	7.25 g	32.83 g	12.01 g	3.77 g	37.89 g	32.44 g	8.23 g	34.96 g	20.10 g	4.91 g	38.36 g	11.99 g	2.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83.73 g	5.13 g	3.91 g	39.23 g	1.56 g	3.97 g	148.76 g	60.81 g	1.77 g	79.30 g	23.07 g	1.79 g	92.69 g	6.18 g	1.78 g	61.24 g	6.30 g	3.67 g	63.27 g	1.26 g	5.34 g		
1,9,(3),(6),(7),(10),(11)			1,3,9			1,3,7,(12)			7			1,7			6,7,(1)			1,7,(3)				



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>(00125) Szociális vegetáriánus</b>	<b>Ebéd</b>	Zöldségkrémleves [9], Lecsós tarhonya[1], Falafel			Daragaluska leves VEGA[1,3,6,9,(7)], Parajfőzelék[1,7], Főtt tojás[3]			Császármorzsa lekvárral[1,3,7,(12)], Burgonyaleves [1,7,9]			Tejszínes körtekrémleves[7], Főtt burgonya, Zöldséges ragu			Petrezselymes rizs, Rántott sajt [1,3,7], Magyaros zöldborsóleves[1,(10,12)]								
		Energia: 519.40 Kcal / 2,171.09 Kj			Energia: 389.56 Kcal / 1,628.36 Kj			Energia: 926.42 Kcal / 3,872.44 Kj			Energia: 692.91 Kcal / 2,896.36 Kj			Energia: 1,094.05 Kcal / 4,573.13 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
		16.62 g	12.68 g	1.41 g	18.20 g	21.34 g	4.75 g	18.43 g	29.15 g	5.87 g	9.54 g	31.50 g	14.27 g	46.15 g	47.46 g	17.81 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
84.01 g	4.69 g	3.06 g	38.50 g	7.04 g	2.03 g	145.60 g	61.32 g	3.97 g	90.87 g	30.95 g	3.67 g	119.01 g	6.89 g	3.81 g	g	g	g	g	g	g		
<b>1,9</b>			<b>1,3,6,7,9</b>			<b>1,3,7,9,(12)</b>			<b>7</b>			<b>1,3,7,(10),(12)</b>			<b>1,3,6,7,(12)</b>			<b>1,7,9</b>				

