



Tételes étlap 2026.02.09. - 2026.02.15.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/9/2026 hétfő	(00501) Idős 3x	T Citromos tea	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00		
		Löncskrém	299.54	71.61	1.74	6.17	2.03	2.26	0.26	0.35		
		Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		Jégcsapretek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		E Fokhagymás aprópecsenye	952.70	227.56	13.19	16.83	5.99	5.65	0.00	0.12		
		Sárgaborsó főzelék	1 832.10	437.61	27.01	3.89	1.16	73.28	0.00	0.16		
		Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		Felvidéki tojásleves	570.76	136.37	5.71	10.69	3.92	4.19	0.00	0.78		
		U Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57		
		Uborka**	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.00		
sajtkrém	374.56	89.46	0.30	9.62	3.63	0.35	0.00	0.23				
Összesen:			6 131.51	1 465.43	65.69	50.62	17.84	179.35	4.12	4.30		
2/10/2026 kedd	(00501) Idős 3x	T Túrókrém mazsolás	291.58	69.68	5.04	2.65	1.45	6.30	4.00	0.01		
		Graham kenyér	799.22	191.20	6.80	10.40	0.46	33.78	3.04	1.10		
		Citromos tea	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00		
		E Csontleves tésztabetéttel	121.17	28.99	1.27	0.75	0.11	4.18	0.00	0.15		
































2/10/2026 kedd (00501) Idős 3x	E	Bakonyi tokány	1 688.58	388.48	17.75	31.53	10.93	11.78	0.00	0.35		
		Tészta köret	1 178.83	281.56	11.77	3.41	0.54	50.75	0.00	1.65	 	
		Csemege uborka	86.31	20.65	0.90	0.15	0.00	3.90	0.00	0.00	  	
	U	Pizza sonka	15.93	3.81	0.50	0.17	0.07	0.07	0.01	0.06		
		Margarin (szendvics)	7.40	1.77	0.00	0.20	0.06	0.00	0.00	0.00		
		Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57	 	
		Jégsaláta	0.75	0.18	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	0.00		
		Összesen:	4 638.11	1 093.57	47.60	49.60	13.76	134.25	10.39	3.89		
2/11/2026 szerda (00501) Idős 3x	T	Graham kenyér	799.22	191.20	6.80	10.40	0.46	33.78	3.04	1.10	 	
		Jégcsapretek	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.00	0.01		
		Kakaó	828.72	198.02	10.23	4.53	2.46	28.90	12.99	0.40	 	
		Májkrém	303.29	72.53	2.69	6.30	2.00	1.19	0.00	0.40	   	
	E	Almaleves	804.78	192.46	2.60	1.43	0.77	41.58	24.98	0.13	  	
		Rántott hal	1 407.62	336.20	36.99	4.28	1.59	37.31	0.00	0.82	  	
		Burgonya köret petr.	1 002.48	239.83	6.34	0.97	0.12	50.20	0.00	0.15		
		Káposzta saláta sav.	201.94	48.23	2.40	0.30	0.04	8.55	0.00	0.00		
	U	Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49	 	





'11/202	(00501)	U	Dinkelspitz	11 030.00	2 638.76	95.20	17.20	6.20	529.00	1.70	16.90	 	
			Összesen:	17 084.17	4 085.89	169.06	51.22	16.78	753.49	65.16	20.40		
2/12/2026	(00501) Idős 3x	T	Tejeskávé !	626.67	149.76	6.82	3.00	1.63	23.74	12.99	0.27	 	
			Sertés párizsi Kométa am.	267.37	63.86	3.57	5.46	2.06	0.06	0.00	0.00		
			Margarin (szendvics)	7.40	1.77	0.00	0.20	0.06	0.00	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		E	Póréhagyma krémleves	274.85	65.66	2.71	2.11	1.21	7.63	0.00	0.17	 	
			Levesgyöngy 18%	46.00	11.00	0.17	0.66	0.03	0.84	0.00	0.00	 	
			Rakott zöldbab	2 417.30	562.87	25.25	30.90	11.00	48.66	0.00	0.21	     	
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		U	Kakaós csiga	11 900.00	2 846.89	63.60	49.20	22.70	566.50		6.20		
			Összesen:	17 171.47	4 092.21	115.88	94.57	39.65	716.71	208.00	8.93		
2/13/2026	(00501) Idős 3x	T	gyümölcstea	154.76	37.02	0.00	0.00	0.00	9.21	8.40	0.00		
			Tojáskrém házi	417.78	99.79	2.85	9.50	2.53	0.61	0.29	0.17	    	
			Graham kenyér	799.22	191.20	6.80	10.40	0.46	33.78	3.04	1.10	 	
			Uborka**	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.00		
		E	Májgaluska leves	825.12	197.27	15.70	3.21	0.70	26.21	0.00	0.26	  	





2/13/2026 péntek (00501) Idős 3x	E	Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00	
		Carbonara spagetti	1 665.98	398.00	22.08	28.17	11.96	13.40	0.00	2.09	
	U	Vajkrém , magyaros	127.00	30.38	0.20	3.20	1.54	0.16	0.00	0.00	
		Graham kenyér	799.22	191.20	6.80	10.40	0.46	33.78	3.04	1.10	
		Zöldpaprika**	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
		Összesen:	5 011.27	1 198.02	55.57	65.26	17.65	127.89	14.77	4.72	

