



Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/13/2026 hétfő (00501) Idős 3x	T Margarín (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
	Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
	Jégcsapretek	47.20	11.29	0.88	0.08	0.02	2.10	0.00	0.03		
	Kakaó	828.72	198.02	10.23	4.53	2.46	28.90	12.99	0.40		
	E Csontleves tésztabetéttel *	352.27	84.23	2.22	4.67	0.56	8.17	0.52	0.34		
	Budapest ragu *	1 387.25	331.34	19.91	25.42	7.25	5.41	0.17	0.37		
	Tarhonya köret*	1 564.81	373.86	12.00	10.15	1.34	58.32	0.08	0.79		
	Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98		
	U Csemege szalámi	91.80	21.96	0.92	1.43	0.48	0.12	7.44	0.12		
	Margarín (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
	Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57		
	Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		
	Összesen:		6 685.27	1 598.02	58.61	76.48	20.36	163.78	23.46	7.04	
4/14/2026 kedd (00501) Idős 3x	T Tejeskávés !	626.67	149.76	6.82	3.00	1.63	23.74	12.99	0.27		
	Pogácsa sajtos	728.00	174.16	4.30	7.85	3.75	21.10	0.80	0.40		
	E Lebbencsleves *	881.58	210.85	4.92	7.12	1.58	31.17	1.31	0.45		


























4/14/2026 kedd (00501) Idős 3x	E	Főtt, füstölt s.comb*	1 538.04	367.36	17.20	33.00	13.16	0.10	0.00	5.08	
		Szárzabbabfőzelék *	1 577.95	377.03	17.99	11.77	2.15	49.44	0.12	0.32	
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	
		Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
	U	Löncskrém *	356.77	85.30	2.82	7.95	2.58	0.52	0.15	0.61	
		Kápia paprika	65.52	15.65	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.01	
		Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
		Összesen:	7 174.70	1 715.08	66.29	73.17	25.45	191.51	23.08	8.72	
4/15/2026 szerda (00501) Idős 3x	T	Citromos tea	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00	
		Párizsi, sertés	712.99	170.30	9.52	14.56	5.50	0.16	0.00	1.82	
		Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20	
		Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
	E	Zellerkrémleves *	565.39	135.19	4.80	2.14	0.91	23.38	0.54	0.25	
		Rántott sertésszelet *	1 526.71	364.79	25.62	18.89	4.32	22.75	0.06	0.68	
		Kukoricás rizs *	1 708.84	408.81	6.77	10.15	1.56	72.12	0.53	0.30	
		Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98	
	U	Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57	
		Sajtkrém házi *	298.80	71.40	1.35	7.24	2.49	0.15	0.11	0.26	





15/202	(00501)	U	Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00	
			Összesen:	6 721.42	1 607.10	60.47	69.18	19.23	180.80	4.92	8.10	
4/16/2026 csütörtök	(00501) Idős 3x	T	gyümölcsstea	154.76	37.02	0.00	0.00	0.00	9.21	9.21	0.00	
			Körözött túró házi	232.37	55.51	3.34	4.23	1.67	0.98	0.13	0.06	 
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
			Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00	
		E	Tavaszi z.borsóleves vajás gal	559.19	133.62	4.26	4.78	1.10	18.16	0.27	0.13	   
			Húsroló *	1 380.53	329.85	15.69	27.56	7.91	4.47	0.05	0.29	 
			Burgonya főzelék	1 263.16	301.65	8.32	9.13	1.61	45.78	1.20	0.30	 
			Kenyer**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	 
		U	Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71	
			Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29	
	Összesen:	5 591.58	1 336.49	49.96	51.91	15.40	163.14	14.36	3.35			
4/17/2026 péntek	(00501) Idős 3x	T	Tej *	608.58	145.36	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40	
			Májkrem klf.	447.22	106.99	5.36	8.40	2.85	2.36	0.00	0.74	   
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
			Jégcsapretek	47.20	11.29	0.88	0.08	0.02	2.10	0.00	0.03	
		E	Májgaluska leves *	372.97	89.12	8.42	2.02	0.62	9.11	0.54	0.38	  





4/17/2026 péntek (00501) Idős 3x	E	Sajos-tejfölös tészta *	2 417.42	577.70	22.06	30.35	12.12	53.57	2.34	2.71		
		Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
	U	Felvágott(Zala, Kópé)**	819.50	195.74	12.48	15.92	5.82	0.48	0.00	2.00		
		Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
		Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57		
		Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00		
		Összesen:	6 666.42	1 593.55	71.08	77.61	28.29	148.51	11.01	8.08		

