



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2026 kedd (00501) Idős 3x	T Citromos tea	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00		
	Magos sajtkrém	116.16	27.74	0.25	2.85	1.58	0.26	0.00	0.11		
	Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	815.93	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
	E Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
	zöldborsóleves *	739.25	176.81	6.36	6.11	0.69	23.68	0.53	0.31		
	Sajtos-tejfölös tészta *	2 417.42	577.70	22.06	30.35	12.12	53.57	2.34	2.71		
	U Gépsonka Sümegi	523.82	125.11	18.08	5.68	1.94	0.32	0.00	0.89		
	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		
	Jégsaláta	0.75	0.18	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	0.00		
	Összesen:	5 777.61	1 381.27	58.44	61.33	20.75	144.40	12.50	5.84		
5/27/2026 szerda (00501) Idős 3x	T Vaníliás tej !	495.33	118.37	5.61	2.48	1.34	18.31	9.56	0.22		
	Mákos rigó	852.67	203.99	6.07	5.81	2.28	31.61	3.66	0.50		
	Margarin** ráma	531.22	126.88	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20		
	Méz kg-os**	273.50	65.43	0.08	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		





5/27/2026 szerda (00501) Idős 3x	E	Fokhagymás babkémleves	906.88	216.64	13.36	3.27	0.80	32.79	0.22	0.51		
		Rántott hal	2 460.13	588.00	36.99	32.12	4.76	37.31	0.06	0.85		
		Zöldséges törökrizs*	1 972.99	471.45	15.04	12.43	1.18	80.02	0.00	0.09		
		Csemege uborka	57.54	13.77	0.60	0.10	0.00	2.60	0.00	0.00		
	U	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		
		Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		Összesen:	9 675.93	2 312.79	95.19	100.53	23.94	256.20	30.04	5.43		
5/28/2026 csütörtök (00501) Idős 3x	T	Citromos tea	26.69	6.38	0.00	0.00	0.00	1.56	1.50	0.00		
		HOT - DOG	1 400.10	334.57	16.13	20.39	7.80	22.45	2.23	3.07		
	E	Húsroló	1 888.53	451.34	15.41	36.44	8.34	15.02	0.05	0.57		
		Rántott leves zsemlekockával	465.40	111.28	1.47	7.75	0.92	8.78	0.00	0.03		
		Burgonya főzelék	1 607.29	384.34	10.52	10.89	2.52	59.90	1.99	0.15		
		Kenyer**	438.81	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.49	0.52		
	U	Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00		
	Májkrém	303.29	72.53	2.69	6.30	2.00	1.19	0.00	0.40			





28/202	00501	U	Teljes kiórlésű kenyér	815.93	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
			Összesen:	6 985.35	1 670.02	57.90	83.69	22.18	166.30	7.52	5.78	
5/29/2026 péntek	(00501) ldős 3x	T	gyümölcstea	154.76	37.02	0.00	0.00	0.00	9.21	9.21	0.00	
			Teljes kiórlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
			Tojáskrém házi	417.78	99.79	2.85	9.50	2.53	0.61	0.41	0.17	
			Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00	
		E	Csokoládé, szeletes	884.10	211.51	3.40	17.48	0.00	26.04	0.00	0.00	
			Csontleves tésztabetéttel *	352.27	84.23	2.22	4.67	0.56	8.17	0.52	0.34	
			Milánói makaróni *	3 818.77	912.46	40.66	42.20	14.52	101.00	4.20	3.13	
		U	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
			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:	7 309.63	1 747.39	63.72	79.98	20.60	214.13	22.29	5.69			

