

Étlap
2024. április 29. - 2024. május 5.

Idősek

18. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.04.29 Hétfő	Erőleves Levesbetét csiga tészta ⁽¹⁾ Töltött káposzta ⁽⁷⁾ Gyümölcs	Erőleves Levesbetét ⁽¹⁾ Töltött káposzta ⁽⁷⁾	Erőleves Levesbetét ⁽¹⁾ Túrós csusza kefirrel ^(1,7) Gyümölcs	Erőleves Levesbetét GM Túrós csusza kefirrel GM ⁽⁷⁾ Gyümölcs
	E: 596kcal, zsír: 33,1g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 27,2g, CH: 44,6g, Cuk: 0g, Só: 2,4g, Ca: 331,1mg	E: 517kcal, zsír: 30,6g, tel.zsír: 6g, feh.: 26,5g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 317,8mg	E: 713kcal, zsír: 14g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 35,9g, CH: 109,5g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 362,7mg	E: 698kcal, zsír: 14,2g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 26,5g, CH: 113g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 365,8mg
2024.04.30 Kedd	Tejfölös burgonyaleves ^(1,7) Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Cékla saláta	Tejfölös burgonyaleves ^(1,7) Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Cékla saláta diab.	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Cékla saláta	Magyaros burgonyaleves ⁽⁹⁾ Tarhonyás hús GM Cékla saláta
	E: 793kcal, zsír: 23,7g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 36,2g, CH: 106,1g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 104,4mg	E: 793kcal, zsír: 23,7g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 36,2g, CH: 106,1g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 104,4mg	E: 862kcal, zsír: 22,5g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 38,3g, CH: 124,1g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 102,3mg	E: 934kcal, zsír: 26,8g, tel.zsír: 2,2g, feh.: 33,8g, CH: 130g, Cuk: 0g, Só: 2,4g, Ca: 109,7mg
2024.05.01 Szerda	Májgaluskaleves ^(1,3) Gránátos kocka (Burgonyás tészta) ⁽¹⁾ Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Májgaluskaleves ^(1,3) Gránátos kocka (Burgonyás tészta) ⁽¹⁾ Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Gránátos kocka (Burgonyás tészta) ⁽¹⁾ Cékla saláta	Sertés raguleves Levesbetét GM Gránátos kocka Cékla saláta
	E: 865kcal, zsír: 24,5g, tel.zsír: 7,4g, feh.: 26,8g, CH: 132,2g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 115,3mg	E: 865kcal, zsír: 24,5g, tel.zsír: 7,4g, feh.: 26,8g, CH: 132,2g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 115,3mg	E: 853kcal, zsír: 20,6g, tel.zsír: 1,6g, feh.: 33,2g, CH: 131,6g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 122,4mg	E: 870kcal, zsír: 24,8g, tel.zsír: 2,4g, feh.: 24,8g, CH: 127,8g, Cuk: 0g, Só: 3g, Ca: 122,2mg
2024.05.02 Csütörtök	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldbabfőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldbabfőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét ⁽¹⁾ Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Kefíres tökfőzelék ^(1,7)	Tárkonyos zöldségleves Levesbetét GM Sertéspörkölt Kefíres tökfőzelék ⁽⁷⁾
	E: 550kcal, zsír: 19,4g, tel.zsír: 2,4g, feh.: 33,8g, CH: 57,4g, Cuk: 3g, Só: 1,2g, Ca: 287,2mg	E: 630kcal, zsír: 30,7g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 31,8g, CH: 53,5g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 190,1mg	E: 583kcal, zsír: 25,1g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 27,8g, CH: 58,7g, Cuk: 9g, Só: 7,1g, Ca: 221,7mg	E: 595kcal, zsír: 26,6g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 29,8g, CH: 57g, Cuk: 9g, Só: 7,6g, Ca: 221,3mg
2024.05.03 Péntek	Köménymagleves ⁽¹⁾ Pírított zsemlekokca ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütvé) ^(1,3,7) Petrezselymes burgonya Mongol saláta	Köménymagleves ⁽¹⁾ Pírított zsemlekokca ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütvé) ^(1,3,7) Petrezselymes burgonya Mongol saláta	Köménymagleves ⁽¹⁾ Pírított zsemlekokca ⁽¹⁾ Párolt csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Alma befőtt	Köménymagleves Figurás kukorica pehely Párolt csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Alma befőtt
	E: 646kcal, zsír: 18,4g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 25g, CH: 93,1g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 70,3mg	E: 646kcal, zsír: 18,4g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 25g, CH: 93,1g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 70,3mg	E: 747kcal, zsír: 23,3g, tel.zsír: 5g, feh.: 35,9g, CH: 96,8g, Cuk: 14,6g, Só: 1g, Ca: 53,3mg	E: 876kcal, zsír: 32,7g, tel.zsír: 4,6g, feh.: 36,4g, CH: 107,8g, Cuk: 14,6g, Só: 1,3g, Ca: 49,7mg
2024.05.04 Szombat	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3)	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3)	Daragaluska alap leves Levesbetét ⁽¹⁾	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ⁽³⁾

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámmag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűt

Étlap

2024. április 29. - 2024. május 5.

Idősek

	Tejfölös-sonkás csirkemelltokány⁽⁷⁾ Bulgur⁽¹⁾	Tejfölös-sonkás csirkemelltokány⁽⁷⁾ Bulgur⁽¹⁾	Snidlinges,majorannás csirke tokány Bulgur⁽¹⁾	Snidlinges,majorannás csirke tokány Tészta köret GM
	E: 1 103kcal, zsír: 63,1g, tel.zsír: 16,7g, feh.: 38,9g, CH: 100,8g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 268,8mg	E: 1 103kcal, zsír: 63,1g, tel.zsír: 16,7g, feh.: 38,9g, CH: 100,8g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 268,8mg	E: 751kcal, zsír: 21g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 41,1g, CH: 105,2g, Cuk: 0g, Só: 1g, Ca: 98,8mg	E: 791kcal, zsír: 18,6g, tel.zsír: 2,5g, feh.: 35,5g, CH: 112,1g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 89,8mg
2024.05.05 Vasárnap	Zöldségkrémleves^(1,7) Levesgyöngy^(1,3,7) Rakott karfiol⁽⁷⁾	Zöldségkrémleves^(1,7) Levesgyöngy^(1,3,7) Rakott karfiol⁽⁷⁾	Zöldségkrémleves^(1,7) Pirított zsemlekočka⁽¹⁾ Rakott sárgarépa⁽⁷⁾	Zöldségkrémleves⁽⁷⁾ Figurás kukorica pehely Rakott sárgarépa⁽⁷⁾
	E: 755kcal, zsír: 34,4g, tel.zsír: 5g, feh.: 38,1g, CH: 69,5g, Cuk: 0g, Só: 6,2g, Ca: 239,2mg	E: 755kcal, zsír: 34,4g, tel.zsír: 5g, feh.: 38,1g, CH: 69,5g, Cuk: 0g, Só: 6,2g, Ca: 239,2mg	E: 882kcal, zsír: 50,8g, tel.zsír: 7,1g, feh.: 27,9g, CH: 73,7g, Cuk: 0g, Só: 6,8g, Ca: 247,5mg	E: 806kcal, zsír: 46,5g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 26,7g, CH: 66,4g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 253,7mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap
2024. május 6. - 2024. május 12.

Idősek

19. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.05.06 Hétfő	Zöldborsóleves ^(1,3) Levesbetét ⁽¹⁾ Sertésflekken Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Káposzta saláta	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Sertésflekken Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Káposzta saláta	Sütőtök krémleves ^(1,7) Pírított zsemlekokca ⁽¹⁾ Petrezselymes burgonya Sült sertéskaraj Cékla saláta	Lebbencsleves Tört burgonya Sült sertéskaraj Cékla saláta
	E: 661kcal, zsír: 35,4g, tel.zsír: 10,8g, feh.: 29,4g, CH: 55,9g, Cuk: 5g, Só: 1,2g, Ca: 163,3mg	E: 690kcal, zsír: 37,6g, tel.zsír: 11,7g, feh.: 27,1g, CH: 60,9g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 166,7mg	E: 883kcal, zsír: 33,3g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 36,9g, CH: 106g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 219,1mg	E: 841kcal, zsír: 35,3g, tel.zsír: 3g, feh.: 32,8g, CH: 94,8g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 80,6mg
2024.05.07 Kedd	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat diab. Gyümölcs	Sertés raguleves Kefires-túrós metélt ^(1,7) Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét GM Kefires-túrós metélt ⁽⁷⁾ Gyümölcs
	E: 1 270kcal, zsír: 44,7g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 44,9g, CH: 169g, Cuk: 20g, Só: 1,4g, Ca: 418,3mg	E: 1 209kcal, zsír: 44,7g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 44,9g, CH: 153,7g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 418,3mg	E: 711kcal, zsír: 19,1g, tel.zsír: 4g, feh.: 38,2g, CH: 94,7g, Cuk: 0g, Só: 2g, Ca: 208,8mg	E: 774kcal, zsír: 20g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 32,3g, CH: 113g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 214,2mg
2024.05.08 Szerda	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Budapest ragu Párolt rizs Túró desszert ^(5,7)	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Budapest ragu Párolt rizs Gyümölcs	Zöldséges burgonyaleves ^(1,9) Pírított csirkemáj ⁽¹⁾ Párolt rizs Gyümölcs	Zöldséges burgonyaleves ⁽⁹⁾ Pírított csirkemáj Párolt rizs Gyümölcs
	E: 1 134kcal, zsír: 38,6g, tel.zsír: 8g, feh.: 40,5g, CH: 151,2g, Cuk: 11,5g, Só: 0,4g, Ca: 125,5mg	E: 1 077kcal, zsír: 33,5g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 38,3g, CH: 149,9g, Cuk: 0g, Só: 0,5g, Ca: 111,2mg	E: 1 149kcal, zsír: 37,6g, tel.zsír: 5g, feh.: 40,8g, CH: 157g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 109,4mg	E: 1 140kcal, zsír: 37,5g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 40,1g, CH: 156,3g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 108,1mg
2024.05.09 Csütörtök	Zöldségkrémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Tökfőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Kenyér ⁽¹⁾	Zöldségkrémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Tökfőzelék ^(1,7) Kenyér ⁽¹⁾	Zöldségkrémleves ^(1,7) Pírított zsemlekokca ⁽¹⁾ Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Tökfőzelék ^(1,7)	Zöldségkrémleves ⁽⁷⁾ Figurás kukorica pehely Sertéspörkölt Tökfőzelék ⁽⁷⁾
	E: 930kcal, zsír: 45,1g, tel.zsír: 7,2g, feh.: 35,1g, CH: 91,6g, Cuk: 9g, Só: 5,8g, Ca: 227,9mg	E: 930kcal, zsír: 45,1g, tel.zsír: 7,2g, feh.: 35,1g, CH: 91,6g, Cuk: 9g, Só: 5,8g, Ca: 227,9mg	E: 860kcal, zsír: 45,1g, tel.zsír: 8,7g, feh.: 32,2g, CH: 76,9g, Cuk: 9g, Só: 5,9g, Ca: 218,5mg	E: 749kcal, zsír: 32,7g, tel.zsír: 5,7g, feh.: 35,8g, CH: 75,2g, Cuk: 10g, Só: 2,3g, Ca: 365,5mg
2024.05.10 Péntek	Karfiolleves ^(1,7) Levesbetét ⁽¹⁾ Lecsós virsli Tarhonya köret ⁽¹⁾	Karfiolleves ^(1,7) Levesbetét ⁽¹⁾ Lecsós virsli Tarhonya köret ⁽¹⁾	Brokkoli krémleves ^(1,7) Pásztortarhonya ⁽¹⁾	Brokkoli krémleves ⁽⁷⁾ Pásztortarhonya
	E: 1 170kcal, zsír: 58,9g, tel.zsír: 15,3g, feh.: 35,9g, CH: 121,9g, Cuk: 2g, Só: 2,2g, Ca: 116,2mg	E: 1 162kcal, zsír: 58,9g, tel.zsír: 15,3g, feh.: 35,9g, CH: 119,9g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 116,2mg	E: 737kcal, zsír: 28,2g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 34,3g, CH: 84,3g, Cuk: 0g, Só: 0,9g, Ca: 195mg	E: 883kcal, zsír: 23,8g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 30,7g, CH: 133,5g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 167,6mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. május 6. - 2024. május 12.

Idősek

2024.05.11 Szombat	Vaníliás almaleves ⁽⁷⁾ Rántott tengeri halfilé sütőben sütv ^(1,3,4) Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Vaníliás almaleves ⁽⁷⁾ Rántott tengeri halfilé sütőben sütv ^(1,3,4) Petrezselymes burgonya Cékla saláta diab.	Vaníliás almaleves ⁽⁷⁾ Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Vaníliás almaleves ⁽⁷⁾ Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Cékla saláta
	E: 1 083kcal, zsír: 25,1g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 33,3g, CH: 179g, Cuk: 62,5g, Só: 2,8g, Ca: 177,9mg	E: 742kcal, zsír: 15,5g, tel.zsír: 2,8g, feh.: 33,2g, CH: 116,1g, Cuk: 0,2g, Só: 3,3g, Ca: 190,7mg	E: 1 064kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 38,1g, CH: 168,4g, Cuk: 62,5g, Só: 1,9g, Ca: 160,2mg	E: 1 064kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 38,1g, CH: 168,4g, Cuk: 62,5g, Só: 1,9g, Ca: 160,2mg
2024.05.12 Vasárnap	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Csirkepaprikás ^(1,7) Galuska ^(1,3)	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Csirkepaprikás ^(1,7) Galuska ^(1,3)	Lebbencsleves ⁽¹⁾ Brokkolis rakott ⁽⁷⁾	Lebbencsleves Brokkolis rakott ⁽⁷⁾
	E: 949kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 6,6g, feh.: 41,1g, CH: 122,7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 66,2mg	E: 949kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 6,6g, feh.: 41,1g, CH: 122,7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 66,2mg	E: 642kcal, zsír: 27g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 36,6g, CH: 60,7g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 381mg	E: 645kcal, zsír: 27,1g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 35,6g, CH: 61,3g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 381,4mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt

Étlap

2024. május 13. - 2024. május 19.

Idősek

20. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.05.13 Hétfő	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya	Csontleves Levesbetét GM Kakukkfűves csirkecomb filé Tört burgonya
	E: 684kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 4g, feh.: 35,4g, CH: 71,4g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 91,3mg	E: 684kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 4g, feh.: 35,4g, CH: 71,4g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 91,3mg	E: 684kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 4g, feh.: 35,4g, CH: 71,4g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 91,3mg	E: 680kcal, zsír: 28,2g, tel.zsír: 4,1g, feh.: 34,5g, CH: 70,9g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 91,2mg
2024.05.14 Kedd	Gulyásleves ^(1,3,9) Túró gombóc ^(1,3,7) Porcukor szórat Gyümölcs	Gulyásleves ^(1,3,9) Tejbendara ^(1,7) Kakaó szórat Gyümölcs	Gulyásleves ⁽⁹⁾ Tejbendara, rizstejes ⁽¹⁾ Kakaó szórat Gyümölcs	Gulyásleves ⁽⁹⁾ Tejbendara kukoricadarával Kakaó szórat Gyümölcs
	E: 1 129kcal, zsír: 38,8g, tel.zsír: 10,7g, feh.: 52,3g, CH: 149g, Cuk: 20g, Só: 2,4g, Ca: 65,8mg	E: 663kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 31,1g, CH: 92,4g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 410,5mg	E: 682kcal, zsír: 15,5g, tel.zsír: 1,2g, feh.: 20,2g, CH: 113,6g, Cuk: 22,3g, Só: 1g, Ca: 435,5mg	E: 757kcal, zsír: 18,7g, tel.zsír: 1,4g, feh.: 20,4g, CH: 124,7g, Cuk: 35,3g, Só: 1,1g, Ca: 437,4mg
2024.05.15 Szerda	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Zöldbabfőzelék ^(1,7) Csirkepörkölt	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Zöldbabfőzelék ^(1,7) Csirkepörkölt	Rántott leves ⁽¹⁾ Pírított zsemlekočka ⁽¹⁾ Csirkepörkölt diétás Karotta főzelék ^(1,7)	Rántott leves Figurás kukorica pehely Karotta főzelék ⁽⁷⁾ Csirkepörkölt diétás
	E: 537kcal, zsír: 21,2g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 35,6g, CH: 48,6g, Cuk: 3g, Só: 1,1g, Ca: 239,2mg	E: 616kcal, zsír: 32,6g, tel.zsír: 6g, feh.: 33,6g, CH: 44,7g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 142,1mg	E: 689kcal, zsír: 34,2g, tel.zsír: 6,4g, feh.: 30,5g, CH: 62,4g, Cuk: 8g, Só: 2,5g, Ca: 188,7mg	E: 716kcal, zsír: 30,3g, tel.zsír: 4,6g, feh.: 30,6g, CH: 79g, Cuk: 8g, Só: 2,4g, Ca: 187,9mg
2024.05.16 Csütörtök	Zöldborsóleves ^(1,3) Levesbetét ⁽¹⁾ Csikós tokány ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Zöldborsóleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Csikós tokány ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Petrezselymes spárgaleves Pírított zsemlekočka ⁽¹⁾ Rizottó	Petrezselymes spárgaleves Figurás kukorica pehely Rizottó
	E: 956kcal, zsír: 29,3g, tel.zsír: 5g, feh.: 45,1g, CH: 131g, Cuk: 5g, Só: 0,5g, Ca: 131,3mg	E: 950kcal, zsír: 29,1g, tel.zsír: 4,9g, feh.: 46,5g, CH: 128,7g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 135,8mg	E: 701kcal, zsír: 25,9g, tel.zsír: 3,5g, feh.: 27,7g, CH: 85,8g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 68,5mg	E: 678kcal, zsír: 22,1g, tel.zsír: 1,6g, feh.: 28g, CH: 88,3g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 69,5mg
2024.05.17 Péntek	Paradicsomleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Káposzta saláta	Paradicsomleves diab. ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Tört burgonya Káposzta saláta	Tavaszi zöldségleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Párolt csirkemellfilé Tört burgonya Cékla saláta	Tavaszi zöldségleves Levesbetét GM Párolt csirkemellfilé Tört burgonya Cékla saláta
	E: 570kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 3,5g, feh.: 23,5g, CH: 77,6g, Cuk: 17g, Só: 2,7g, Ca: 147,9mg	E: 747kcal, zsír: 23,8g, tel.zsír: 2,8g, feh.: 26,1g, CH: 104,8g, Cuk: 0g, Só: 3,2g, Ca: 60mg	E: 768kcal, zsír: 27,4g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 38,6g, CH: 90,3g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 141,6mg	E: 763kcal, zsír: 27,4g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 37,2g, CH: 90,5g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 140,6mg
2024.05.18	Brokkoli krémleves ^(1,7)	Brokkoli krémleves ^(1,7)	Brokkoli krémleves ^(1,7)	Brokkoli krémleves

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámmag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. május 13. - 2024. május 19.

Idősek

Szombat	Levesgyöngy ^(1,3,7) Bácskai rizseshús (sertés) Kovászos uborka ⁽¹⁾	Levesgyöngy ^(1,3,7) Bácskai rizseshús (sertés) Kovászos uborka ⁽¹⁾	Pírított zsemlelekočka ⁽¹⁾ Húsos-zöldséges tészta ⁽¹⁾	Figurás kukorica pehely Húsos-zöldséges tészta GM
	E: 998kcal, zsír: 39,4g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 39,8g, CH: 116g, Cuk: 0g, Só: 2,9g, Ca: 220mg	E: 998kcal, zsír: 39,4g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 39,8g, CH: 116g, Cuk: 0g, Só: 2,9g, Ca: 220mg	E: 807kcal, zsír: 27,1g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 42,3g, CH: 96,7g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 205,5mg	E: 762kcal, zsír: 23,8g, tel.zsír: 3,7g, feh.: 33,3g, CH: 101,7g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 165,8mg
2024.05.19 Vasárnap	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Brassói aprópecsenye Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Brassói aprópecsenye Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ^(1,3) Brassói aprópecsenye diétás Cékla saláta	Daragaluska alap leves Daragaluska betét ⁽³⁾ Brassói aprópecsenye diétás Cékla saláta
	E: 819kcal, zsír: 34g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 38,7g, CH: 87,1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 150,7mg	E: 819kcal, zsír: 34g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 38,7g, CH: 87,1g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 150,7mg	E: 746kcal, zsír: 26,4g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 37,4g, CH: 87,1g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 122,8mg	E: 761kcal, zsír: 22g, tel.zsír: 1,5g, feh.: 38,9g, CH: 99,2g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 126,8mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. május 20. - 2024. május 26.

Idősek

21. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.05.20 Hétfő	Alföldi tarhonya leves ⁽¹⁾ Barackos sertésszelet Bulgur ⁽¹⁾	Alföldi tarhonya leves ⁽¹⁾ Barackos sertésszelet Bulgur ⁽¹⁾	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Barackos sertésszelet Bulgur ⁽¹⁾	Zöldséges tarhonya leves ⁽⁹⁾ Barackos sertésszelet Párolt rizs
	E: 911kcal, zsír: 33,1g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 39,5g, CH: 117,4g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 94,9mg	E: 911kcal, zsír: 33,1g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 39,5g, CH: 117,4g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 94,9mg	E: 906kcal, zsír: 38,1g, tel.zsír: 3,6g, feh.: 37,8g, CH: 106,7g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 99,3mg	E: 1 130kcal, zsír: 40,8g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 36g, CH: 147,5g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 80,9mg
2024.05.21 Kedd	Babgulyás ^(sertés) ⁽⁹⁾ Piskóta kocka ^(1,3) Csokoládé öntet ⁽⁷⁾	Babgulyás ^(sertés) ⁽⁹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Túró ⁽⁷⁾ Tejföl öntet ⁽⁷⁾	Sertés raguleves Metélt tészta ⁽¹⁾ Tejföl öntet ⁽⁷⁾ Kefir öntet ⁽⁷⁾	Sertés raguleves Metélt tészta Tejföl öntet ⁽⁷⁾ Kefir öntet ⁽⁷⁾
	E: 963kcal, zsír: 32,6g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 34,1g, CH: 122,1g, Cuk: 26,4g, Só: 1g, Ca: 404,9mg	E: 1 120kcal, zsír: 43,2g, tel.zsír: 9g, feh.: 49,3g, CH: 131,3g, Cuk: 0g, Só: 0,4g, Ca: 204,8mg	E: 1 000kcal, zsír: 40,4g, tel.zsír: 7,1g, feh.: 36,2g, CH: 120,9g, Cuk: 0g, Só: 1,1g, Ca: 205mg	E: 719kcal, zsír: 26,1g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 23,4g, CH: 88,4g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 198,2mg
2024.05.22 Szerda	Köménymaglevés ⁽¹⁾ Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ Hentes tokány ^(sertés) ⁽¹⁰⁾ Párolt rizs	Köménymaglevés ⁽¹⁾ Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ Hentes tokány ^(sertés) ⁽¹⁰⁾ Párolt rizs	Köménymaglevés ⁽¹⁾ Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ Párolt rizs Snidlinges-sajtmártásos csirkeapró ^(1,7)	Köménymaglevés Figurás kukorica pehely Párolt rizs Snidlinges-sajtmártásos csirkeapró ⁽⁷⁾
	E: 920kcal, zsír: 30,5g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 34g, CH: 122,8g, Cuk: 0g, Só: 0,8g, Ca: 65,4mg	E: 920kcal, zsír: 30,5g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 34g, CH: 122,8g, Cuk: 0g, Só: 0,8g, Ca: 65,4mg	E: 1 060kcal, zsír: 44,5g, tel.zsír: 10,7g, feh.: 36g, CH: 124,2g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 159,8mg	E: 1 146kcal, zsír: 48,2g, tel.zsír: 7,4g, feh.: 37,1g, CH: 136,6g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 135mg
2024.05.23 Csütörtök	Kertészleves Levesbetét ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽¹⁾ Fasírt húsgolyók sütőben sütvé ⁽¹⁾ Gyümölcs	Kertészleves Levesbetét ⁽¹⁾ Fasírt húsgolyók sütőben sütvé ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽¹⁾ Gyümölcs	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Sertéssült Főtt burgonya Gyümölcs	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Sertéssült Főtt burgonya Gyümölcs
	E: 975kcal, zsír: 50,5g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 25,2g, CH: 101,8g, Cuk: 15g, Só: 0,8g, Ca: 156,2mg	E: 908kcal, zsír: 53,3g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 24g, CH: 80,3g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 145,7mg	E: 650kcal, zsír: 18,8g, tel.zsír: 1g, feh.: 32,4g, CH: 85,7g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 90,5mg	E: 647kcal, zsír: 18,9g, tel.zsír: 1,1g, feh.: 31,5g, CH: 85,2g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 90,4mg
2024.05.24 Péntek	Zellerkrémleves ^(1,7,9) Levesgyöngy ^(1,3,7) Sült csirkecomb filé Vajas tört burgonya Cékla saláta	Zellerkrémleves ^(1,7,9) Levesgyöngy ^(1,3,7) Sült csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Cékla saláta diab.	Karottakrémleves ^(1,7) Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ Sült csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Karottakrémleves ⁽⁷⁾ Figurás kukorica pehely Sült csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Cékla saláta
	E: 1 048kcal, zsír: 59,4g, tel.zsír: 14,4g, feh.: 38,1g, CH: 88,7g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 151,5mg	E: 778kcal, zsír: 28,5g, tel.zsír: 6g, feh.: 38,4g, CH: 90,7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 154,9mg	E: 848kcal, zsír: 29,8g, tel.zsír: 7,7g, feh.: 39,3g, CH: 103,4g, Cuk: 4g, Só: 5,3g, Ca: 161,9mg	E: 859kcal, zsír: 26g, tel.zsír: 5,8g, feh.: 39,9g, CH: 114,6g, Cuk: 4g, Só: 5,2g, Ca: 162,7mg
2024.05.25	Gyümölcs leves ^(1,7)	Gyümölcs leves diab. ^(1,7)	Rizsleves	Rizsleves

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. május 20. - 2024. május 26.

Idősek

Szombat	Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ Mongol saláta	Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ Mongol saláta	Sertéspörkölt diétás Tészta köret ⁽¹⁾ Cékla saláta	Sertéspörkölt diétás Tészta köret GM Cékla saláta
	E: 930kcal, zsír: 22,4g, tel.zsír: 2,7g, feh.: 39,3g, CH: 139,5g, Cuk: 15,4g, Só: 1g, Ca: 241,5mg	E: 816kcal, zsír: 22,2g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 36g, CH: 114,5g, Cuk: 0g, Só: 0,8g, Ca: 125,7mg	E: 904kcal, zsír: 29,5g, tel.zsír: 2,2g, feh.: 39,6g, CH: 117,4g, Cuk: 0g, Só: 2,4g, Ca: 129,9mg	E: 826kcal, zsír: 25,7g, tel.zsír: 2,1g, feh.: 30,9g, CH: 108,1g, Cuk: 0g, Só: 3g, Ca: 133,2mg
2024.05.26 Vasárnap	Vegyes zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét kiskocka ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütvé) ^(1,3,7) Tört burgonya Csalamádé	Vegyes zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét kiskocka ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütvé) ^(1,3,7) Tört burgonya Csalamádé	Vegyes zöldségleves Levesbetét kiskocka ⁽¹⁾ Natúr csirke mellfilé Tört burgonya Alma befőtt	Vegyes zöldségleves Levesbetét GM Natúr csirke mellfilé Tört burgonya Alma befőtt
	E: 707kcal, zsír: 24,6g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 25,2g, CH: 94,6g, Cuk: 0g, Só: 3,9g, Ca: 54,7mg	E: 707kcal, zsír: 24,6g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 25,2g, CH: 94,6g, Cuk: 0g, Só: 3,9g, Ca: 54,7mg	E: 809kcal, zsír: 29,3g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 36g, CH: 98,6g, Cuk: 14,6g, Só: 1,7g, Ca: 88mg	E: 778kcal, zsír: 27,5g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 35g, CH: 96g, Cuk: 14,6g, Só: 1,7g, Ca: 90,4mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt

Étlap

2024. május 27. - 2024. június 2.

Idősek

22. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2024.05.27 Hétfő	Tejfölös burgonyaleves ^(1,7) Húsos-zöldséges orsó tészta ⁽¹⁾	Tejfölös burgonyaleves ^(1,7) Húsos-zöldséges orsó tészta ⁽¹⁾	Magyaros burgonyaleves ^(1,9) Húsos-zöldséges orsó tészta ⁽¹⁾	Tejfölös burgonyaleves ⁽⁷⁾ Húsos-zöldséges orsó tészta
	E: 1 095kcal, zsír: 21,8g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 53,5g, CH: 169,5g, Cuk: 0g, Só: 1,1g, Ca: 98,5mg	E: 1 095kcal, zsír: 21,8g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 53,5g, CH: 169,5g, Cuk: 0g, Só: 1,1g, Ca: 98,5mg	E: 1 165kcal, zsír: 20,6g, tel.zsír: 2,1g, feh.: 55,6g, CH: 187,5g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 96,4mg	E: 876kcal, zsír: 23g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 36,9g, CH: 123,7g, Cuk: 0,2g, Só: 2,1g, Ca: 152,6mg
2024.05.28 Kedd	Húsgaluska leves (sertés) ^(1,3) Sóska mártás ^(1,7) Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ Gyümölcs	Húsgaluska leves (sertés) ^(1,3) Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ Sóska mártás ^(1,7) Gyümölcs	Tarhonya leves ⁽¹⁾ Főtt tojás ⁽³⁾ Sóska mártás ^(1,7) Főtt burgonya 1/2 Gyümölcs	Tarhonya leves Natúr csirke mellfilé Sóska mártás ⁽⁷⁾ Főtt burgonya 1/2 Gyümölcs
	E: 882kcal, zsír: 31,8g, tel.zsír: 11,8g, feh.: 31,8g, CH: 112,1g, Cuk: 20g, Só: 1,3g, Ca: 310,7mg	E: 777kcal, zsír: 32,4g, tel.zsír: 12,1g, feh.: 30,6g, CH: 85,9g, Cuk: 0g, Só: 1,2g, Ca: 311,5mg	E: 746kcal, zsír: 24,4g, tel.zsír: 4,9g, feh.: 23,7g, CH: 104,2g, Cuk: 20g, Só: 1g, Ca: 296,2mg	E: 848kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 39g, CH: 106,4g, Cuk: 20g, Só: 1,5g, Ca: 274,5mg
2024.05.29 Szerda	Zöldséges karfiolleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Bakonyi csirkeapró ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Zöldséges karfiolleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Bakonyi csirkeapró ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Zöldséges brokkolileves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Majorannás csirkemáj Párolt rizs	Zöldséges brokkolileves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Majorannás csirkemáj Párolt rizs
	E: 857kcal, zsír: 26,1g, tel.zsír: 4,6g, feh.: 46g, CH: 114,4g, Cuk: 0g, Só: 1g, Ca: 126,1mg	E: 857kcal, zsír: 26,1g, tel.zsír: 4,6g, feh.: 46g, CH: 114,4g, Cuk: 0g, Só: 1g, Ca: 126,1mg	E: 972kcal, zsír: 29,5g, tel.zsír: 4,1g, feh.: 38,5g, CH: 134,5g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 153,7mg	E: 968kcal, zsír: 29,6g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 37,6g, CH: 134,1g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 153,6mg
2024.05.30 Csütörtök	Frankfurti leves ^(1,7) Darás metélt ⁽¹⁾ Porcukor szórat Baracklekvár öntet	Frankfurti leves ^(1,7) Darás metélt ⁽¹⁾ Diab.lekvár öntet	Virslis kínai kel leves Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklekvár öntet Porcukor szórat	Virslis kínai kel leves Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklekvár öntet Porcukor szórat
	E: 1 028kcal, zsír: 26,5g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 27,8g, CH: 167,7g, Cuk: 41,7g, Só: 0,8g, Ca: 106,2mg	E: 907kcal, zsír: 26,8g, tel.zsír: 6,2g, feh.: 28,2g, CH: 135,9g, Cuk: 0g, Só: 0,9g, Ca: 107,4mg	E: 1 009kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 25,5g, CH: 167,1g, Cuk: 41,7g, Só: 1,2g, Ca: 115,8mg	E: 1 009kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 25,5g, CH: 167,1g, Cuk: 41,7g, Só: 1,2g, Ca: 115,8mg
2024.05.31 Péntek	Hamis gulyásleves ^(1,3,9) Sertéspörkölt ⁽¹⁾ Zöldborsófőzelék ^(1,7)	Hamis gulyásleves ^(1,3,9) Zöldborsófőzelék ^(1,7) Sertéspörkölt diétás	Hamis gulyásleves Sertéspörkölt diétás Kefíres tökfőzelék ^(1,7)	Hamis gulyásleves Sertéspörkölt diétás Kefíres tökfőzelék ⁽⁷⁾
	E: 772kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 2,4g, feh.: 43,7g, CH: 87g, Cuk: 10g, Só: 0,7g, Ca: 313,8mg	E: 760kcal, zsír: 32g, tel.zsír: 2,9g, feh.: 43,6g, CH: 71,1g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 211,5mg	E: 665kcal, zsír: 33,3g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 30,7g, CH: 58g, Cuk: 9g, Só: 7,5g, Ca: 168,1mg	E: 664kcal, zsír: 33,2g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 29,9g, CH: 59,5g, Cuk: 9g, Só: 7,5g, Ca: 166,3mg
2024.06.01 Szombat	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Székelykáposzta(sertés) ⁽¹⁾	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Székelykáposzta(sertés) ⁽¹⁾	Rántott leves ⁽¹⁾ Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Sárgarépás rizs Natúr sertésborda ⁽¹⁾	Rántott leves Figurás kukorica pehely Natúr sertésborda Sárgarépás rizs

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2024. május 27. - 2024. június 2.

Idősek

			Alma befőtt	Alma befőtt
	E: 533kcal, zsír: 24,9g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 30,1g, CH: 44,5g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 147,6mg	E: 533kcal, zsír: 24,9g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 30,1g, CH: 44,5g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 147,6mg	E: 1 104kcal, zsír: 50,3g, tel.zsír: 6g, feh.: 33,2g, CH: 124,7g, Cuk: 14,6g, Só: 1,5g, Ca: 70mg	E: 1 016kcal, zsír: 37,4g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 33g, CH: 132,6g, Cuk: 14,6g, Só: 2,1g, Ca: 68,9mg
2024.06.02 Vasárnap	Húsleves sertéshúsból ⁽⁹⁾ Levesbetét csiga tészta ⁽¹⁾ Rakott burgonya ^(3,6,7) Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Húsleves sertéshúsból ⁽⁹⁾ Levesbetét csiga tészta ⁽¹⁾ Rakott burgonya ^(3,6,7) Csemege uborka ⁽¹⁰⁾	Húsleves sertéshúsból ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Rakott burgonya virslis ⁽⁷⁾ Alma befőtt	Húsleves sertéshúsból ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Rakott burgonya virslis ⁽⁷⁾ Alma befőtt
	E: 837kcal, zsír: 35,9g, tel.zsír: 9g, feh.: 38,5g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 3,6g, Ca: 171,7mg	E: 837kcal, zsír: 35,9g, tel.zsír: 9g, feh.: 38,5g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 3,6g, Ca: 171,7mg	E: 897kcal, zsír: 33,6g, tel.zsír: 7,4g, feh.: 39,4g, CH: 106,7g, Cuk: 14,6g, Só: 3,2g, Ca: 157,1mg	E: 893kcal, zsír: 33,7g, tel.zsír: 7,4g, feh.: 38,5g, CH: 106,3g, Cuk: 14,6g, Só: 3,3g, Ca: 157mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt