



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
2026. 05. 25. hétfő (00139) Cukros pépes szoc. otthon	R Keszű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Vajkrém 20% zsirt	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,40	0,18		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Keszű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Diab. almabefűtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,00	12,29	0,00	0,32		
	E Hűsgaluskaleves	842,18	201,37	14,36	10,47	2,28	12,40	0,06	3,52		
	Diab. tejbenrizs	884,72	211,66	9,99	3,15	1,63	50,05	0,00	0,76		
	U Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,12	0,40	0,11	17,13	0,37	0,38		
	V Keszű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált párizsi	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,00	1,21		
	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	9,20	0,18		
	Összesen:	6 650,66	1 590,97	60,77	40,58	15,85	188,01	10,78	8,46		





2026. 05. 26.

kedd

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Snidlinges túrókrém	702,24	168,00	14,04	10,40	6,76	4,28	4,68	1,13		
	Korpás zsemle	1 074,18	256,98	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Zöldségleves	610,19	145,84	4,60	5,85	0,68	18,65	0,05	2,49	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,23	3,51	
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	1,35	2,06	
	U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Pástétom 48 g. (kacsa, csirkemáj)	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		5 926,94	1 417,80	74,08	39,73	13,13	178,57	7,62	11,55	





2026. 05. 27.

szerda

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Darált pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00	  		
	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Mini margarin 10g 35% zsirt	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Korpás zsemle	268,55	64,25	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	E	Tarhonyaleves diétás	342,26	81,86	2,06	2,67	0,31	12,36	0,04	1,40	 	
		Húsgombóc (diétás)	939,84	224,84	19,68	9,29	2,74	24,03	0,00	3,14		
		Zöldborsópurefőz.tejment . *mir	863,16	206,50	14,06	0,84	0,00	35,06	0,00	2,00	 	
	U	Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	9,20	0,18		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Sajt kocka 1 db / 25 g.	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	1,00	0,46	 	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
Összesen:		6 595,14	1 577,79	76,06	31,79	12,39	182,74	11,37	9,46			





2026. 05. 28.
csütörtök

(00139)
Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,00	1,32		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	9,20	0,18	
	E	Csontleves betéttel diab.	374,86	89,57	4,56	2,41	0,13	12,77	0,12	3,03	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,02	2,78	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,00	1,68	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:		6 989,23	1 671,98	71,97	40,30	15,30	182,04	11,42	14,07	





2026. 05. 29.

péntek

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Darált top löncs	839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E	Csurgatott tésztaleves	589,27	140,84	4,78	6,37	0,84	16,06	0,05	2,65	
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,23	3,51	
	Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67	
U	Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	9,20	0,18	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,16	1,14	
	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
Összesen:		7 774,96	1 859,92	82,28	51,26	20,13	179,33	14,77	14,70	





2026. 05. 30.
szombat

(00139)
Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Reszelt sajt	1 140,30	272,80	20,40	20,80	13,20	0,16	0,16	1,60		
	Minimargarin 20g 35% zsirt	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	9,20	0,18	
	E	Tavaszi leves	621,70	148,62	4,98	5,83	0,68	19,00	0,05	2,69	
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,50	11,30	0,00	3,53	
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
	U	Mini margarin 10g 35% zsirt	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Ínyenc sonka	401,68	96,09	12,72	4,92	1,72	0,12	0,00	1,96	





2026. 05. 30	00139	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Összesen:	8 098,35	1 937,30	95,95	63,42	25,72	171,83	11,67	15,01	
2026. 05. 31. vasárnap (00139) Cukros pépes szoc. otthon		R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57	
			Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Kefír, 140 g 3%	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	9,20	0,18	
		E	Zöldségleves	610,19	145,84	4,60	5,85	0,68	18,65	0,05	2,49	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,02	2,78	
		U	Diab. almabefőtt	116,65	27,91	0,18	0,18	0,00	6,15	0,00	0,16	
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Sajt tömlős zsírszegény 50g.	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	0,95	0,45	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Összesen:	7 556,22	1 807,58	87,67	49,10	17,98	179,11	11,35	11,26	

.....
éllelmezésvezető

.....
intézményvezető

.....
érdekképviseleti fórum

