

Idős normál (egyszeri étkezés) ebéd

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Paradicsomleves ^{1,3,9} E: 315kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 69g, Cuk: 44g, Só: 2,6g	Pulykanyaka leves ^{1,3,9} E: 178kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 10,6g	Fahéjas szilvaleves ^{1,7} E: 241kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 59g, Cuk: 26g, Só: 5,0g	Parasztgaluska leves ^{1,3} E: 149kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 7,0g	Lencseleves ^{1,6,8,10,11} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 7,4g	Karfiol leves ^{1,7} E: 189kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 10,0g	Saláta leves ^{1,7} E: 122kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 32g, Cuk: 25g, Só: 0,5g
	Tarhonyáshús ^{1,3} E: 684kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 34g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 6,6g	Székelykáposzta ^{6,7,9,10} E: 625kcal, Zsír: 45g, T.zsír: 20g, Feh.: 21g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 6,3g	Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Fasírt (házi) tepsin sült ^{1,3} E: 397kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 16g, Feh.: 14g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Krumplis tészta ¹ E: 626kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 104g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Borsos tokány ¹ E: 258kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 3,2g	Párizsi csirkemell ^{1,3,7} E: 280kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 1,7g
	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Burgonyapüré ⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Zöldbabfőzelék ^{1,7} E: 632kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 8g, Feh.: 12g, CH: 79g, Cuk: 26g, Só: 6,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Orsó tészta ¹ E: 350kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tartármártás ^{3,7,10} E: 102kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,4g
	Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g		Szölő E: 121kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Rizi-bizi E: 371kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g			Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g
			Sárgadinnye E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Túrórudi ^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g			Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

Allergének:
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. Csillagfűrt



Handwritten signature in blue ink.

Idős gluténszegény diéta (egyszeri étkezés) idős otthon

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Paradicsomleves gsz.-tojásm. E: 250kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 51g, Cuk: 26g, Só: 2,0g	Pulykanyaka leves gsz.-tojásm. ⁹ E: 128kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 2,1g	Fahéjas szilvaleves gsz. ⁷ E: 222kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 56g, Cuk: 25g, Só: 5,0g	Hamis gulyásleves gsz.-tojásm. E: 211kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Lencseleves gsz. ^{1,6,8} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 7,4g	Karfiol leves gsz. ⁷ E: 190kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Saláta leves gsz. ⁷ E: 186kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 53g, Cuk: 45g, Só: 0,5g
	Tarhonyáshús gsz.- tojásm. E: 722kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 9g, Feh.: 25g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Székelykáposzta ^{6,7,9,10} E: 625kcal, Zsír: 45g, T.zsír: 20g, Feh.: 21g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 6,3g	Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Fasírt (házi) tepsin sült gsz. ³ E: 439kcal, Zsír: 38g, T.zsír: 17g, Feh.: 12g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Krumplis tészta gsz. E: 676kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 8g, CH: 108g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	Borsos tokány gsz. E: 223kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,2g	Sült csirkemell E: 179kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 30g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g
	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Burgonyapüré ⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Zöldbabfőzelék gsz. ⁷ E: 250kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 8g, CH: 44g, Cuk: 10g, Só: 3,0g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Orsó tészta gsz. E: 392kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Tartármártás ^{3,7,10} E: 102kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,4g
	Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Szölő E: 121kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Rizi-bizi E: 371kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Túrórudi ^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

Allergének:

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



Handwritten signature in blue ink.

Idős gluténszegény diéta (egyszeri étkezés) idős otthon

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Paradicsomleves gsz.-tojásm. E: 250kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 51g, Cuk: 26g, Só: 2,0g	Pulykanyaka leves gsz.-tojásm. ⁹ E: 128kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 2,1g	Fahéjas szilvaleves gsz. ⁷ E: 222kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 56g, Cuk: 25g, Só: 5,0g	Hamis gulyásleves gsz.-tojásm. E: 211kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Lencseleves gsz. ^{1,6,8,10,11} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 7,4g	Karfiol leves gsz. ⁷ E: 190kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Saláta leves gsz. ⁷ E: 186kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 53g, Cuk: 45g, Só: 0,5g
	Tarhonyáshús gsz.- tojásm. E: 722kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 9g, Feh.: 25g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Székelykáposzta ^{6,7,9,10} E: 625kcal, Zsír: 45g, T.zsír: 20g, Feh.: 21g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 6,3g	Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Fasírt (házi) tepsin sült gsz. ³ E: 439kcal, Zsír: 38g, T.zsír: 17g, Feh.: 12g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Krumplis tészta gsz. E: 676kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 2g, Feh.: 8g, CH: 108g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	Borsos tokány gsz. E: 223kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,2g	Sült csirkemell E: 179kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 30g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,0g
	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Burgonyapüré ⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Zöldbabfőzelék gsz. ⁷ E: 250kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 2g, Feh.: 8g, CH: 44g, Cuk: 10g, Só: 3,0g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Orsó tészta gsz. E: 392kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Tartármártás ^{3,7,10} E: 102kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,4g
	Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Szölő E: 121kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Rizi-bizi E: 371kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Túrórudi ^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Kenyér gm. E: 107kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,7g	Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

Allergének:
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



Handwritten signature in blue ink.

Idős cukros diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Paradisomleves éd. szerrel^{1,9} E: 157kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Tarhonyáshús 70 g^{1,3} E: 515kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 8g, Feh.: 25g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Csemege uborka éd. szerrel E: 11kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Pulykanyaka leves^{1,3,9} E: 178kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 10,6g Székelykáposzta^{6,7,9} E: 625kcal, Zsír: 45g, T.zsír: 20g, Feh.: 21g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Fahéjas gyümölcsleves éd. szerrel^{1,7} E: 145kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Burgonyapüré 100 g⁷ E: 125kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 1,5g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Vegyes vágott éd. szerrel E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Sárgadinnye E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Parasztgaluska leves^{1,3} E: 149kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 7,0g Fasírt (házi) tepsin sült^{1,3} E: 397kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 16g, Feh.: 14g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,3g Zöldbabfőzelék éd. szerrel^{1,7} E: 472kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 7g, Feh.: 12g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Túrórudi éd. szerrel^{5,6,7,8} E: 124kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Lencseleves^{1,6,8,10,1} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 7,4g Krumplis tészta 40g¹ E: 472kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 40g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Karfiol leves^{1,7} E: 189kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 10,0g Borsos tokány¹ E: 258kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Orsó tészta 50 g¹ E: 202kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 37g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Saláta leves éd. szerrel^{1,7} E: 198kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 38g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Párizsi csirkemell^{1,3,7} E: 280kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Tartármártás éd. szerrel^{3,7,10} E: 98kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Rizi-bizi 40+40g E: 230kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Almabefőtt éd. szerrel E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,2g

Allergének:

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



Handwritten signature in blue ink, appearing to read 'K. S. G.'.

Étlap

Idős epe, zsírmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Sütőtökrémleves ^{1,7} E: 219kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 24g, Cuk: 1g, Só: 7,0g	Pulykanyaka leves ^{1,3} E: 178kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 10,6g	Fahéjas szilvaleves ^{1,7} E: 241kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 59g, Cuk: 26g, Só: 5,0g	Parasztgaluska leves epés ^{1,3} E: 136kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 1,9g	Zöldségpüréleves virslivel E: 208kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 5,0g	Karfiolpüré leves ^{1,7} E: 139kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 1,9g	Saláta leves ^{1,7} E: 122kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 32g, Cuk: 25g, Só: 0,5g
	Tarhonyáshús epés ^{1,3} E: 671kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 33g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 3,6g	Kelkáposztapüré főzelék sertéshússal ¹ E: 479kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 16g, Feh.: 20g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 8,1g	Natúr sertéskaraj lisztbe forgatva ¹ E: 273kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 4g, Feh.: 25g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Vagdalt ^{1,3} E: 440kcal, Zsír: 36g, T.zsír: 18g, Feh.: 14g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 2,0g	Krumplis tészta epe ^{1,7} E: 613kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 80g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	Csirketokány ¹ E: 218kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 1,7g	Grillezett szelet E: 168kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 27g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g
	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Burgonyapüré ⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Zöldbabfőzelék püré ¹ E: 509kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 3g, Feh.: 15g, CH: 67g, Cuk: 10g, Só: 4,1g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Orsó tészta ¹ E: 350kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tartármártás epés ⁷ E: 54kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 9g, Cuk: 1g, Só: 0,3g
	Gyümölcspép epés E: 81kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,1g		Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Gyümölcspép E: 41kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g
			Sárgadinnye E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Túrórudi ^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g

Allergének:
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



Handwritten signature in blue ink.

Idős laktózmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Paradicsomleves ^{1,3,9} E: 315kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 69g, Cuk: 44g, Só: 2,6g	Pulykanyaka leves ^{1,3,9} E: 178kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 10,6g	Fahéjas szilvaleves tejmentes ¹ E: 385kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 102g, CH: 97g, Cuk: 25g, Só: 0,5g	Parasztgaluska leves ^{1,3} E: 149kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 7,0g	Lencseleves ^{1,6,8,10,11} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 7,4g	Karfiol leves tm. ¹ E: 123kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Saláta leves tm. ¹ E: 256kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 60g, Cuk: 25g, Só: 2,0g
	Tarhonyáshús ^{1,3} E: 684kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 34g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 6,6g	Székelykáposzta tm. ^{6,8} E: 561kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 15g, Feh.: 20g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 6,2g	Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Fasírt (házi) tepsin sült ^{1,3} E: 397kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 16g, Feh.: 14g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Krumplis tészta ¹ E: 626kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 104g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Borsos tokány ¹ E: 258kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 3,2g	Párizsi csirkemell tm. ^{1,3} E: 269kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 27g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 1,7g
	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Burgonyapüré tejmentes E: 169kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	Zöldbabfőzelék tm. ¹ E: 403kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 5g, Só: 3,9g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Orsó tészta ¹ E: 350kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tartármártás lm. ^{3,7,10} E: 109kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 4g, Feh.: 1g, CH: 2g, Cuk: 1g, Só: 0,3g
	Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Szőlő E: 121kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Rizi-bizi E: 371kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Túrórudi lm. ^{5,6,7,8} E: 102kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	

Allergének:
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



Handwritten signature in blue ink.

Idős tejmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 9

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat	2026.08.09 Vasárnap
Ebéd	Paradicsomleves ^{1,3,9} E: 315kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 69g, Cuk: 44g, Só: 2,6g	Pulykanyaka leves ^{1,3,9} E: 178kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 10,6g	Fahéjas szilvaleves tejmentes ¹ E: 385kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 102g, CH: 97g, Cuk: 25g, Só: 0,5g	Parasztgaluska leves ^{1,3} E: 149kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 7,0g	Lencseleves ^{1,6,8,10,1} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 7,4g	Karfiol leves tm. ¹ E: 123kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Saláta leves tm. ¹ E: 256kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 60g, Cuk: 25g, Só: 2,0g
	Tarhonyáshús ^{1,3} E: 684kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 34g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 6,6g	Székelykáposzta tm. ^{6,9} E: 561kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 15g, Feh.: 20g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 6,2g	Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Fasírt (házi) tepsin sült ^{1,3} E: 397kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 16g, Feh.: 14g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Krumplis tészta ¹ E: 626kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 104g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Borsos tokány ¹ E: 258kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 3,2g	Natúr csirkemell ¹ E: 194kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 25g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,2g
	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Burgonyapüré tejmentes E: 169kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 1,1g	Zöldbabfőzelék tm. ¹ E: 403kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 52g, Cuk: 5g, Só: 3,9g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Orsó tészta ¹ E: 350kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Rizi-bizi E: 371kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,4g
	Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g		Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Szőlő E: 121kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g
	Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Babapiskóta ^{1,3} E: 80kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	

Allergének:
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. Csillagfűrt



Handwritten signature in blue ink.