

Idős normál (egyszeri étkezés) ebéd

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 20

Étkezés	2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	2026.09.19 Szombat	2026.09.20 Vasárnap
Ebéd	Almaleves^{1,7} E: 278kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 69g, Cuk: 43g, Só: 4,5g Sertéspörkölt bácskai módra E: 405kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 22g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,7g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldborsóleves^{1,3} E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Húsgombóc paradicsommártással^{1,3} E: 852kcal, Zsír: 51g, T.zsír: 22g, Feh.: 22g, CH: 73g, Cuk: 34g, Só: 3,1g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tarhonyaleves^{1,3} E: 158kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Sült oldalas E: 952kcal, Zsír: 94g, T.zsír: 30g, Feh.: 24g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Fehérbabfőzelék^{1,7} E: 417kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 21g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Grízgaluska leves^{1,3,4} E: 142kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Főtt burgonya E: 203kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 43g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csülökpörkölt E: 815kcal, Zsír: 59g, T.zsír: 28g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gulyásleves^{1,3} E: 333kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 10g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 5,9g Káposztás kocka¹ E: 568kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 78g, Cuk: 0g, Só: 6,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Nápolyi^{1,6} E: 264kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tejfölös burgonyaleves^{1,7} E: 493kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 5g, Feh.: 9g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Dubarry sertéskaraj^{1,7} E: 413kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 6g, Feh.: 28g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Forma kenyér¹ 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	Tárkonyos zöldségleves^{1,3,9} E: 199kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Tepsis burgonya E: 311kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 4,9g Brassói aprópecsenye E: 914kcal, Zsír: 85g, T.zsír: 30g, Feh.: 19g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 4,2g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 12kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,6g

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



Étlap

Idős gluténszegény diéta (egyszeri étkezés) idős otthon

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 20

Étkezés	2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	2026.09.19 Szombat	2026.09.20 Vasárnap
Ebéd	Almaleves gsz.⁷ E: 211kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 45g, Cuk: 25g, Só: 0,6g Sertéspörkölt bácskai módra E: 405kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 22g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,7g Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldborsóleves gsz.³ E: 96kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Húsgombóc paradicsommártással gsz.³ E: 665kcal, Zsír: 42g, T.zsír: 21g, Feh.: 20g, CH: 51g, Cuk: 22g, Só: 3,1g	Tarhonyaleves glutén-tojásmentes tésztával E: 118kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Sült oldalas E: 952kcal, Zsír: 94g, T.zsír: 30g, Feh.: 24g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Csontleves glutén-tojásmentes tésztával⁹ E: 222kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 3,3g Csülökpörkölt E: 815kcal, Zsír: 59g, T.zsír: 28g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,9g Főtt burgonya E: 203kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 43g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gulyásleves gsz. E: 280kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 9g, Feh.: 9g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Káposztás kocka gsz.-tojásm. E: 639kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 88g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Nápolyi szelet gsz. lm¹ E: 248kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Tejfőlös burgonyaleves gsz.⁷ E: 368kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 3g, Feh.: 8g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Sült sertéskaraj E: 183kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 3g, Feh.: 17g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Almabefőtt E: 76kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tárkonyos zöldségleves gsz.^{3,9} E: 200kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Brassói aprópecsenye E: 535kcal, Zsír: 45g, T.zsír: 21g, Feh.: 16g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Tepsis burgonya E: 311kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 4,9g Cékla savanyúság¹⁰ E: 12kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,6g

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

Étlap

Idős cukros diéta (egyszerű étkezés) ebéd

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 20

Étkezés	2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	2026.09.19 Szombat	2026.09.20 Vasárnap
Ebéd	Almaleves éd. szerrel^{1,7} E: 122kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Sertéspörkölt bácskai módra E: 405kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 22g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,7g Párolt rizs 40 g E: 194kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 30g, 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 Vegyes vágott éd. szerrel E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldborsóleves diétás^{1,3} E: 175kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Húsgombóc paradicsommártással éd.szerrel^{1,3} E: 596kcal, Zsír: 37g, T.zsír: 18g, Feh.: 21g, CH: 38g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Tarhonyaleves^{1,3} E: 158kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Sült oldalas E: 952kcal, Zsír: 94g, T.zsír: 30g, Feh.: 24g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Fehérbabfőzelék^{1,7} E: 417kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 4g, Feh.: 21g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g	Grízgaluska leves^{1,3,9} E: 142kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Főtt burgonya 150 g E: 101kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Csülökpörkölt E: 815kcal, Zsír: 59g, T.zsír: 28g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,9g 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	Gulyásleves^{1,3} E: 333kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 10g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 5,9g Káposztás kocka 40 g¹ E: 459kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 14g, CH: 75g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Nápolyi szelet éd. szerrel¹ E: 219kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tejfölös burgonyaleves^{1,7} E: 493kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 5g, Feh.: 9g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Dubarry sertéskaraj^{1,7} E: 413kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 6g, Feh.: 28g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Párolt rizs 40 g E: 194kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 30g, 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	Tárkonyos zöldségleves^{1,3,9} E: 199kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Brassói aprópecsenye E: 914kcal, Zsír: 85g, T.zsír: 30g, Feh.: 19g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 4,2g Tepsis burgonya 220 g E: 205kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 32g, 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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt



Idős epe, zsírmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 20

Étkezés	2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	2026.09.19 Szombat	2026.09.20 Vasárnap
Ebéd	Almaleves^{1,7} E: 278kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 69g, Cuk: 43g, Só: 4,5g Sertés apró E: 418kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 11g, Feh.: 26g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Gyümölcspép epés E: 81kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Zöldborsóleves epés^{1,3} E: 222kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Sütőtökpüré^{1,7} E: 328kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Húsgombóc³ E: 362kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 15g, Feh.: 14g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 3,4g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tarhonyaleves epés^{1,3} E: 156kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 5,1g Natúr sertéskaraj lisztbe forgatva¹ E: 273kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 4g, Feh.: 25g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Brokkoli főzelék^{1,7} E: 187kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 9g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Grízgaluska leves^{1,3,9} E: 142kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Főtt burgonya E: 203kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 43g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Sertés apró E: 418kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 11g, Feh.: 26g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Forma kenyér¹ 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	Zöldséggulyás hússal^{1,3} E: 503kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 12g, Feh.: 16g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 2,0g Sajtos tészta^{1,3,7} E: 439kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 1g, Feh.: 22g, CH: 59g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Nápolyi^{1,6} E: 264kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Burgonyaleves tejmentes¹ E: 123kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Brokkolis sertésszelet⁷ E: 362kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 4g, Feh.: 32g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Forma kenyér¹ 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	Tárkonyos zöldségpüréleves^{1,3,9} E: 118kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Sertés apró¹ E: 385kcal, Zsír: 30g, T.zsír: 16g, Feh.: 13g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Burgonyapüré⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,3g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 12kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,6g

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



Idős laktózmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 20

Étkezés	2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	2026.09.19 Szombat	2026.09.20 Vasárnap
Ebéd	Almaleves tejmentes¹ E: 135kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 32g, Cuk: 12g, Só: 0,5g Sertéspörkölt bácskai módra E: 405kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 22g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,7g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldborsóleves^{1,3} E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Húsgombóc paradicsommártással^{1,3} E: 852kcal, Zsír: 51g, T.zsír: 22g, Feh.: 22g, CH: 73g, Cuk: 34g, Só: 3,1g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tarhonyaleves^{1,3} E: 158kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Sült oldalas E: 952kcal, Zsír: 94g, T.zsír: 30g, Feh.: 24g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Fehérbabfőzelék ttm.¹ E: 378kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Grízgaluska leves^{1,3,9} E: 142kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Főtt burgonya E: 203kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 43g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csülökpörkölt E: 815kcal, Zsír: 59g, T.zsír: 28g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gulyásleves^{1,3} E: 333kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 10g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 5,9g Káposztás kocka¹ E: 568kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 78g, Cuk: 0g, Só: 6,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Nápolyi szelet gsz. lm¹ E: 248kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Burgonyaleves tejmentes¹ E: 123kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Párolt rizs E: 402kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 75g, Cuk: 0g, Só: 1,5g Brokkolis sertésszelet lm.⁷ E: 318kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 6g, Feh.: 27g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Forma kenyér¹ 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	Tárkonyos zöldségleves^{1,3,9} E: 199kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Brassói aprópecsenye E: 914kcal, Zsír: 85g, T.zsír: 30g, Feh.: 19g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 4,2g Tepsis burgonya E: 311kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 4,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 12kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,6g

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 or initials in blue ink.

Idős tejmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. szeptember 14 - 2026. szeptember 20

Étkezés	2026.09.14 Hétfő	2026.09.15 Kedd	2026.09.16 Szerda	2026.09.17 Csütörtök	2026.09.18 Péntek	2026.09.19 Szombat	2026.09.20 Vasárnap
Ebéd	Almaleves tejmentes¹ E: 135kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 32g, Cuk: 12g, Só: 0,5g Sertéspörkölt bácskai módra E: 405kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 22g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,7g Párolt rizs E: 437kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Zöldborsóleves^{1,3} E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Húsgombóc paradicsommártással^{1,3} E: 852kcal, Zsír: 51g, T.zsír: 22g, Feh.: 22g, CH: 73g, Cuk: 34g, Só: 3,1g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tarhonyaleves^{1,3} E: 158kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Sült oldalas E: 952kcal, Zsír: 94g, T.zsír: 30g, Feh.: 24g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 3,0g Fehérbabfőzelék ttm.¹ E: 378kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Grízgaluska leves^{1,3,9} E: 142kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Főtt burgonya E: 203kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 43g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csülökpörkölt E: 815kcal, Zsír: 59g, T.zsír: 28g, Feh.: 21g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 3,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Gulyásleves^{1,3} E: 333kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 10g, Feh.: 11g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 5,9g Káposztás kocka¹ E: 568kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 1g, Feh.: 15g, CH: 78g, Cuk: 0g, Só: 6,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Babapiskóta^{1,3} E: 200kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 39g, Cuk: 0g, Só: 0,1g	Burgonyaleves tejmentes¹ E: 123kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 3,2g Párolt rizs E: 402kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 75g, Cuk: 0g, Só: 1,5g Brokkolis sertésszelet ttm. E: 248kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 4g, Feh.: 24g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 1,7g Forma kenyér¹ 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	Tárkonyos zöldségleves^{1,3,9} E: 199kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 17g, Cuk: 0g, Só: 6,1g Brassói aprópecsenye E: 914kcal, Zsír: 85g, T.zsír: 30g, Feh.: 19g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 4,2g Tepsis burgonya E: 311kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 4,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 12kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, Cuk: 0g, Só: 0,6g

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

