

Étlap

Idős normál (egyszeri étkezés) ebéd

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 4g, Feh.: 6g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sertéspörkölt E: 423kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 18g, Feh.: 15g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Lencsefőzelék^{1,6,8,10} E: 384kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Körte E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csontleves eperlevéllel^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sváb pecsenye¹ E: 390kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 461kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tojásleves^{1,3} E: 232kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Rántott csirkeszárny^{1,4} E: 1 016kcal, Zsír: 102g, T.zsír: 22g, Feh.: 51g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 6,0g Burgonyapüré⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 4,6g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Szilva befőtt E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Karfiol leves^{1,7} E: 189kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Szarvacska tészta^{1,3} E: 379kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csikóstokány^{1,7} E: 388kcal, Zsír: 32g, T.zsír: 12g, Feh.: 23g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,8g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kelkáposzta leves virslivel^{1,7} E: 424kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 5,7g Mákos tészta¹ E: 589kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 16g, CH: 85g, Cuk: 20g, Só: 0,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Mandarin E: 38kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Meggyleves^{1,7} E: 148kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 36g, Cuk: 21g, Só: 2,0g Paprikás burgonya lecsókolbásszal^{1,3,6,10} E: 717kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 5,2g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g	Zöldborsóleves^{1,3} E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Töltött káposzta^{1,7} E: 890kcal, Zsír: 69g, T.zsír: 34g, Feh.: 24g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 3,4g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g

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. Csillagfürt



Handwritten signature or initials.

Étlap

Idős gluténszegény diéta (egyszeri étkezés) idős otthon

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves gsz. E: 164kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 2g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Sertéspörkölt E: 423kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 18g, Feh.: 15g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Lencsefőzelék gsz. +1,6,8,10,11 E: 369kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Körte E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csontleves glutén-tojásmentes tésztával⁹ E: 222kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 3,3g Sváb pecsenye gsz. E: 380kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 461kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 2,3g	Tojásleves gsz.³ E: 126kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 3g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Sült csirkeszárny E: 479kcal, Zsír: 58g, T.zsír: 16g, Feh.: 44g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Burgonyapüré⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 4,6g Szilva befőtt E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Karfiol leves gsz.⁷ E: 191kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Orsó tészta gsz. E: 392kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Csikóstokány gsz.⁷ E: 332kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 10g, Feh.: 19g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Cékla savanyúság¹⁰ E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kelkáposzta leves virslivel gsz.⁷ E: 379kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 2g, Feh.: 12g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 9,0g Mákos tészta glutén-tojásmentes tésztával E: 632kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 4g, Feh.: 10g, CH: 104g, Cuk: 20g, Só: 0,2g Mandarin E: 38kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Meggyleves gsz.⁷ E: 285kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 3g, Feh.: 3g, CH: 61g, Cuk: 20g, Só: 1,1g Paprikás burgonya virslivel gsz. E: 607kcal, Zsír: 37g, T.zsír: 2g, Feh.: 19g, CH: 46g, Cuk: 0g, Só: 2,9g Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g	Zöldborsóleves gsz.³ E: 96kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 10g, Cuk: 0g, Só: 2,1g Húsgombóc³ E: 362kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 15g, Feh.: 14g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 3,4g Tökfőzelék gsz.⁷ E: 238kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 35g, Cuk: 10g, Só: 3,0g

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



Étlap

Idős cukros diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 4g, Feh.: 6g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sertéspörkölt E: 423kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 18g, Feh.: 15g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Lencsefőzelék^{1,6,8,10} E: 384kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Körte E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csontleves eperlevéllel^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sváb pecsenye¹ E: 390kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs 40 g E: 195kcal, 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	Tojásleves^{1,3} E: 232kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Rántott csirkeszárny^{1,7} E: 1 016kcal, Zsír: 102g, T.zsír: 22g, Feh.: 51g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 6,0g 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 Almabefőtt éd. szerrel E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Karfiol leves^{1,7} E: 189kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Szarvacska tészta 40 g^{1,3} E: 189kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Csikóstokány^{1,7} E: 388kcal, Zsír: 32g, T.zsír: 12g, Feh.: 23g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,8g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Almabefőtt éd. szerrel E: 29kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Kelkáposzta leves virslivel^{1,7} E: 424kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 5,7g Mákos tészta éd. szerrel¹ E: 442kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 4g, Feh.: 12g, CH: 68g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Mandarin E: 38kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Meggyleves éd. szerrel^{1,7} E: 120kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,2g Paprikás burgonya lecsókolbásszal diétás^{1,3,6,10} E: 479kcal, Zsír: 25g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 44g, Cuk: 0g, Só: 4,0g 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: 23kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 1,5g	Zöldborsóleves diétás^{1,3} E: 175kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk: 0g, Só: 1,8g Töltött káposzta^{1,7} E: 890kcal, Zsír: 69g, T.zsír: 34g, Feh.: 24g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 3,4g Barna magvas kenyér 1 szelet^{1,6} E: 173kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 26g, 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



Étlap

Idős epe, zsírimentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves epés¹ E: 135kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 4,0g Kelkáposzta főzelék¹ E: 262kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 36g, Cuk: 0g, Só: 4,7g 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 Gyümölcspép E: 41kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Csontleves eperlevéllel^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Petrezselymes párolt rizs E: 461kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Csirkecombfilé pecsenyemártással¹ E: 251kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 2g, Feh.: 30g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 2,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Köménymagosleves zsemlekockával¹ E: 243kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 3,4g Sült csirkeszárny E: 479kcal, Zsír: 58g, T.zsír: 16g, Feh.: 44g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Burgonyapüré⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 4,6g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Szilva befőtt E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Karfiolpüré leves^{1,7} E: 139kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Szarvacska tészta^{1,3} E: 379kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 58g, 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 Cékla savanyúság¹⁰ E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Gyümölcspép E: 41kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Kelkáposztapüré leves virslikarikával⁷ E: 246kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 2,9g Prézlis tészta¹ E: 774kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 153g, Cuk: 28g, Só: 1,5g Forma kenyér¹ 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	Meggyleves epés^{1,7} E: 167kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,2g Paprikás burgonya virslivel^{1,3} E: 629kcal, Zsír: 33g, T.zsír: 1g, Feh.: 24g, CH: 60g, Cuk: 0g, Só: 5,3g 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	Zöldborsópüreg^{1,3} E: 116kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 7,2g Húsgombóc³ E: 362kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 15g, Feh.: 14g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 3,4g Tökfőzelék^{1,7} E: 471kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 2g, Feh.: 8g, CH: 68g, Cuk: 20g, Só: 4,0g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g

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. Csillagfű



Étlap

Idős laktózmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 4g, Feh.: 6g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sertéspörkölt E: 423kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 18g, Feh.: 15g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Lencsefőzelék^{1,6,8,10} E: 384kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Körte E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csontleves eperlevéllel^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sváb pecsenye¹ E: 390kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 461kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tojásleves^{1,3} E: 232kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Rántott csirkeszárny^{1,3} E: 1 016kcal, Zsír: 102g, T.zsír: 22g, Feh.: 51g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 6,0g Burgonyapüré tejmentes E: 216kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 46g, Cuk: 0g, Só: 4,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Szilva befőtt E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Karfiol leves tm.¹ E: 125kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Szarvacska tészta^{1,3} E: 379kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csikóstokány tm¹ E: 327kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 10g, Feh.: 19g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kelkáposzta leves virslivel tm.¹ E: 352kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 8,8g Prézlis tészta¹ E: 774kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 153g, Cuk: 28g, Só: 1,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Mandarin E: 38kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Meggyleves tejmentes¹ E: 99kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 24g, Cuk: 11g, Só: 1,0g Paprikás burgonya lecsókolbásszal^{1,3,6,10} E: 717kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 5,2g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g	Zöldborsóleves^{1,3} E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Töltött káposzta tm.¹ E: 728kcal, Zsír: 52g, T.zsír: 21g, Feh.: 21g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g

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



Étlap

Idős tejmentes diéta (egyszeri étkezés) ebéd

2026. november 2 - 2026. november 8

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek	2026.11.07 Szombat	2026.11.08 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 263kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 4g, Feh.: 6g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sertéspörkölt E: 423kcal, Zsír: 35g, T.zsír: 18g, Feh.: 15g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,2g Lencsefőzelék^{1,6,8,10} E: 384kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 7,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Körte E: 78kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Csontleves eperlevéllel^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 6,3g Sváb pecsenye¹ E: 390kcal, Zsír: 31g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 461kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tojásleves^{1,3} E: 232kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 2g, Feh.: 5g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g Rántott csirkeszárny^{1,3} E: 1 016kcal, Zsír: 102g, T.zsír: 22g, Feh.: 51g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 6,0g Burgonyapüré tejmentes E: 216kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 46g, Cuk: 0g, Só: 4,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Szilva befőtt E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Karfiol leves tm.¹ E: 125kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Szarvacska tészta^{1,3} E: 379kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Csikóstokány tm¹ E: 327kcal, Zsír: 27g, T.zsír: 10g, Feh.: 19g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,3g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Cékla savanyúság¹⁰ E: 16kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Kelkáposzta leves virslivel tm.¹ E: 352kcal, Zsír: 23g, T.zsír: 2g, Feh.: 10g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 8,8g Prézlis tészta¹ E: 774kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 153g, Cuk: 28g, Só: 1,5g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Mandarin E: 38kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Meggyleves tejmentes¹ E: 99kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 24g, Cuk: 11g, Só: 1,0g Paprikás burgonya lecsókolbásszal^{1,3,6,10} E: 717kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 1g, Feh.: 29g, CH: 64g, Cuk: 0g, Só: 5,2g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g Vegyes vágott E: 36kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 2,4g	Zöldborsóleves^{1,3} E: 166kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 4,1g Töltött káposzta tm.¹ E: 728kcal, Zsír: 52g, T.zsír: 21g, Feh.: 21g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Forma kenyér¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g

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. Csillagfű

