

Étlap epekímélő, diab, tejm. egész napos ellátás 2026.05.04. - 2026.05.10.

	hétfő 2026.05.04.	kedd 2026.05.05.	szerda 2026.05.06.	csütörtök 2026.05.07.	péntek 2026.05.08.	szombat 2026.05.09.	vasárnap 2026.05.10.
Reggeli	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), diabetikus méz (15), liga margarin, félbarna kenyér (01), E:1 138(Kj) 272(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 53(g) Zsir: 3(g) Cuk: 17(g) Só:1,32(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 20(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), kenőmájás (07,04,03,01), félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 926(Kj) 461(KCal) F: 18(g) Kol:224(g) Sz: 41(g) Zsir: 25(g) Cuk: 2(g) Só:3,45(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 39(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), diabetikus dzsem (15), liga margarin, félbarna kenyér (01), E: 924(Kj) 221(KCal) F: 7(g) Kol: 0(g) Sz: 40(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:1,32(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 20(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), csirkemell sonka felvágott, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 198(Kj) 287(KCal) F: 14(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 7(g) Cuk: 0(g) Só:2,64(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 29(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), zala felvágott (06), liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 375(Kj) 329(KCal) F: 16(g) Kol: 45(g) Sz: 39(g) Zsir: 12(g) Cuk: 0(g) Só:2,31(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 42(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), főtt virsli, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:2 013(Kj) 482(KCal) F: 23(g) Kol: 86(g) Sz: 38(g) Zsir: 25(g) Cuk: 0(g) Só:7,51(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 221(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), főtt tojás (03), liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 463(Kj) 350(KCal) F: 19(g) Kol: 0(g) Sz: 38(g) Zsir: 12(g) Cuk: 0(g) Só:1,32(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 97(mg)
Tízórai	zala felvágott (06), liga margarin, félbarna kenyér (01), E: 930(Kj) 223(KCal) F: 12(g) Kol: 45(g) Sz: 20(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:1,67(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 20(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)	formázott pulykamell sonka (06), liga margarin, félbarna kenyér (01), E: 782(Kj) 187(KCal) F: 13(g) Kol: 0(g) Sz: 20(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:2,27(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 19(mg)	alma kompót (15,12), diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 586(Kj) 140(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 5(g) Cuk: 1(g) Só:0,38(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	alma, E: 130(Kj) 31(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 7(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	diabetikus befőtt (15), diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 448(Kj) 107(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 15(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	alma kompót (15,12), diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 586(Kj) 140(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 5(g) Cuk: 1(g) Só:0,38(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)
Ebéd	vajgaluska leves tejmentes, sült hús, almamártás tejmentes, pirított dara (01), E:2 395(Kj) 573(KCal) F: 37(g) Kol: 78(g) Sz: 63(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:2,21(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 92(mg)	bugaci leves (09,03,01,), krumplis tészta diétásan (01,03), cékla, E:2 378(Kj) 569(KCal) F: 31(g) Kol: 48(g) Sz: 71(g) Zsir: 33(g) Cuk: 13(g) Só:5,78(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 55(mg)	lebbencsleves (01,03,09,10), fásirt diétásan (03,01,), sárgarépa-főzelék (01), félbarna kenyér (01), E:2 234(Kj) 535(KCal) F: 35(g) Kol: 60(g) Sz: 68(g) Zsir: 14(g) Cuk: 0(g) Só:4,06(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 142(mg)	zellerkrémleves tejmentes (03,01,), pirított zsemlekocka (01), bacsikai rizseshús, cékla, E:2 529(Kj) 605(KCal) F: 34(g) Kol: 60(g) Sz: 78(g) Zsir: 12(g) Cuk: 13(g) Só:7,55(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 33(mg)	bakonyi betyárleves diétás, tejmentes (09,01,03,10), piskótatekercs diabetikus, E:2 080(Kj) 498(KCal) F: 30(g) Kol: 30(g) Sz: 56(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:2,88(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 124(mg)	zöldségleves (09,01,03), baromfi vagdalt (01,06), karalábefőzelék (01), félbarna kenyér (01), 0(g) Sz: 67(g) Zsir: 15(g) Cuk: 1(g)	húsleves (03,01), sült hús, párolt rizs, cékla, E:2 438(Kj) 583(KCal) F: 43(g) Kol: 96(g) Sz: 65(g) Zsir: 16(g) Cuk: 14(g) Só:4,43(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 73(mg)
Uzsonna	banán, E: 439(Kj) 105(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 24(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,06(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 110(mg)	alma, E: 130(Kj) 31(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 7(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	diabetikus befőtt (15), diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 448(Kj) 107(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 15(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	diabetikus dzsem (15), félbarna kenyér (01), E: 471(Kj) 113(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,64(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 8(mg)	diabetikus szörp (15), E: 59(Kj) 14(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 6(g) Zsir: 0(g) Cuk: 1(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	alma, E: 130(Kj) 31(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 7(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)
Vacsora	gyümölcsstea cukor nélkül (12), kastély csemege, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 169(Kj) 280(KCal) F: 16(g) Kol: 0(g) Sz: 40(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:2,77(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 29(mg)	gyümölcsstea cukor nélkül (12), pizzasonka felvágott, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 127(Kj) 270(KCal) F: 15(g) Kol: 42(g) Sz: 38(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:2,71(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 44(mg)	gyümölcsstea cukor nélkül (12), párizsi felvágott, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 478(Kj) 354(KCal) F: 14(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:2,47(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 125(mg)	gyümölcsstea cukor nélkül (12), sonkás szelet, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 107(Kj) 265(KCal) F: 17(g) Kol: 0(g) Sz: 40(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:2,95(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 29(mg)	gyümölcsstea cukor nélkül (12), tavaszi felvágott, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 753(Kj) 419(KCal) F: 16(g) Kol: 66(g) Sz: 38(g) Zsir: 21(g) Cuk: 0(g) Só:2,59(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 44(mg)	gyümölcsstea cukor nélkül (12), pizzasonka felvágott, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 127(Kj) 270(KCal) F: 15(g) Kol: 42(g) Sz: 38(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:2,71(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 44(mg)	gyümölcsstea cukor nélkül (12), zöldséges felvágott, liga margarin, félbarna kenyér (01), kígyóuborka, E:1 609(Kj) 385(KCal) F: 15(g) Kol: 55(g) Sz: 38(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:2,37(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 42(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csillagfűrt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető