

MMSz Egyesület
Gondviselés Háza
Napsugár Idősek
Hunyadi park 5.

Étlap cukros egész napos ellátás
2026.08.17. - 2026.08.23.

	hétfő 2026.08.17	kedd 2026.08.18.	szerda 2026.08.19.	csütörtök 2026.08.20.	péntek 2026.08.21.	szombat 2026.08.22.	vasárnap 2026.08.23.
Reggeli	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), tejeskávé (01,15,07), diabetikus kalács (01,06,07,15), margarin (07), E:1 239(KJ) 296(KCal) F: 12(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:0,90(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 183(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), diabetikus gyümölcsös joghurt (07), kifli (01), E: 899(KJ) 215(KCal) F: 11(g) Kol: 0(g) Sz: 35(g) Zsir: 1(g) Cuk: 2(g) Só:0,60(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 200(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), tej (07), diabetikus méz (15), margarin (07), félbarna kenyér (01), E:1 347(KJ) 322(KCal) F: 11(g) Kol: 0(g) Sz: 58(g) Zsir: 4(g) Cuk: 17(g) Só:1,45(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 138(mg)	ünnepnep, fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), kenőmájás, félbarna kenyér (01), kigyóuborka, 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), szalámi, margarin (07), félbarna kenyér (01), E:1 943(KJ) 465(KCal) F: 17(g) Kol: 0(g) Sz: 37(g) Zsir: 27(g) Cuk: 0(g) Só:2,84(g) Tel.Zs: 11(g) Ca: 20(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), sonkakrém (01), félbarna kenyér (01), lilahagyma, E:1 463(KJ) 350(KCal) F: 16(g) Kol: 42(g) Sz: 47(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:4,76(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 37(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), főtt krinolin (06), félbarna kenyér (01), torma, E:1 554(KJ) 372(KCal) F: 17(g) Kol: 60(g) Sz: 38(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:3,68(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 41(mg)
	diabetikus túró rudi (07), E: 431(KJ) 103(KCal) F: 5(g) Kol: 0(g) Sz: 9(g) Zsir: 7(g) Cuk: 1(g) Só:0,05(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 0(mg)	diabetikus nápolyi (01,06,15), E:1 112(KJ) 266(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 0(mg)	diabetikus befőtt (15), E: 9(KJ) 2(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	diabetikus nápolyi (01,06,15), E:1 112(KJ) 266(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 0(mg)	gyümölcs, E: 244(KJ) 58(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 13(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 25(mg)	alma kompót (15,12), E: 147(KJ) 35(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 8(g) Zsir: 0(g) Cuk: 1(g) Só:0,26(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	diabetikus nápolyi (01,06,15), E:1 112(KJ) 266(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 0(mg)
Tízórai	zellerkrémleves (09,01,07), pirított zsemlekocka (01), sült csirkecomb, rizi-bizi (01,03,09,10), savanyúság (10), E:3 051(KJ) 730(KCal) F: 45(g) Kol:136(g) Sz: 65(g) Zsir: 34(g) Cuk: 0(g) Só:8,05(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 76(mg)	sertésraguleves (09,01,03,10), krumpilis tészta (01,03), kovászos uborka (01), E:2 238(KJ) 536(KCal) F: 31(g) Kol: 73(g) Sz: 68(g) Zsir: 15(g) Cuk: 2(g) Só:6,23(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 60(mg)	karfiolleves (01,03,09,10), sült hús, paradicsomos káposzta (01,15), félbarna kenyér (01), E:2 502(KJ) 599(KCal) F: 44(g) Kol: 78(g) Sz: 72(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:5,36(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 194(mg)	eperkrémleves (12,15,07), rántott szelet (03,01), petrezselymes burgonya, káposztasaláta (15), E:2 807(KJ) 672(KCal) F: 53(g) Kol:120(g) Sz: 61(g) Zsir: 21(g) Cuk: 0(g) Só:5,11(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 130(mg)	gulyásleves (09,01,03), piskótatekerics diabetikus (03,01,15), E:2 399(KJ) 574(KCal) F: 36(g) Kol: 48(g) Sz: 61(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:2,68(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 123(mg)	rizsleves (01,09,03,04), sült kolbász, tökfőzelék (01,07,03,09,10), félbarna kenyér (01), 20(g) Sz: 62(g) Zsir: 32(g) Cuk: 0(g)	húsleves (09,03,01), Sajtos sertés szelet (07), párolt rizs, savanyúság (10), E:3 144(KJ) 752(KCal) F: 50(g) Kol: 98(g) Sz: 79(g) Zsir: 21(g) Cuk: 0(g) Só:4,16(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 235(mg)
	diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 439(KJ) 105(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 14(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	gyümölcs, E: 244(KJ) 58(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 13(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 25(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)	diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 439(KJ) 105(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 14(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(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)	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)	diabetikus befőtt (15), E: 9(KJ) 2(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	gyümölcstea cukor nélkül (12), sajtos párizsi felvágott (07), margarin (07), félbarna kenyér (01), kigyóuborka,	gyümölcstea cukor nélkül (12), tojáskrém (03,10,07), félbarna kenyér (01), zöldhagyma,	gyümölcstea cukor nélkül (12), zala felvágott (06), sajtkrém (07), félbarna kenyér (01), paradicsom,	gyümölcstea cukor nélkül (12), löncs felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), lilahagyma,	gyümölcstea cukor nélkül (12), csirkemell sonka felvágott, vajkrém (07), félbarna kenyér (01), tv.paprika,	gyümölcstea cukor nélkül (12), párizsi felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), kigyóuborka,	gyümölcstea cukor nélkül (12), formázott pulykamell sonka (06), margarin (07), félbarna kenyér (01), paradicsom,
Uzsonna							
Vacs							

ora	E:1 314(Kj) 314(KCal) F: 14(g) Kol: 23(g) Sz: 37(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:1,97(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 119(mg)	E:1 395(Kj) 334(KCal) F: 16(g) Kol: 0(g) Sz: 37(g) Zsir: 12(g) Cuk: 0(g) Só:2,95(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 97(mg)	E:1 981(Kj) 474(KCal) F: 22(g) Kol:104(g) Sz: 40(g) Zsir: 24(g) Cuk: 0(g) Só:2,19(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 478(mg)	E:1 866(Kj) 446(KCal) F: 16(g) Kol: 66(g) Sz: 40(g) Zsir: 23(g) Cuk: 0(g) Só:2,66(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 28(mg)	E:1 794(Kj) 429(KCal) F: 15(g) Kol: 0(g) Sz: 43(g) Zsir: 21(g) Cuk: 1(g) Só:2,72(g) Tel.Zs: 11(g) Ca: 20(mg)	E:1 553(Kj) 372(KCal) F: 14(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 17(g) Cuk: 0(g) Só:2,54(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 125(mg)	E:1 211(Kj) 290(KCal) F: 17(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:2,83(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 36(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