

Heti étlap 2026.09.07. - 2026.09.13.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Idősek Otthona reggeli																					
	Tej[7], Margarin(7), Briós[1,3,7]			Gyümölcsstea, Sajtkrém[7,(1)], T.k. Kenyér[1,(7)], Paradicsom			Tejeskávé[1,7], Mézes vaj[7], T.k. Kenyér[1,(7)]			Gyümölcsstea, Körözött túró[7], T.k. Kenyér[1,(7)], Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Margarin(7), Sajt[7,(1)], T.k. Kenyér[1,(7)], Paradicsom			Gyümölcsstea, Túrós batyu[1,7,(3,6,12)]			Gyümölcsstea, Füstölt sajt[7,(1)], Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)], Paradicsom		
	Energia: 589.54 Kcal / 2,464.28 KJ			Energia: 537.94 Kcal / 2,248.59 KJ			Energia: 778.84 Kcal / 3,255.55 KJ			Energia: 471.77 Kcal / 1,972.00 KJ			Energia: 596.63 Kcal / 2,493.91 KJ			Energia: 557.38 Kcal / 2,329.85 KJ			Energia: 756.43 Kcal / 3,161.88 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	17.46 g	24.94 g	8.88 g	15.19 g	7.07 g	0.38 g	22.40 g	19.46 g	2.81 g	22.52 g	6.39 g	3.26 g	13.00 g	15.89 g	4.18 g	12.47 g	28.50 g	8.68 g	23.24 g	28.61 g	12.23 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	48.00 g	27.36 g	0.67 g	79.64 g	12.01 g	2.63 g	102.48 g	52.08 g	2.46 g	80.21 g	12.01 g	2.64 g	76.52 g	12.01 g	2.51 g	61.79 g	26.51 g	1.02 g	77.42 g	12.01 g	2.49 g
Idősek Otthona ebéd																					
	Bakonyi betyárleves[1,7,9], Meggyes-máros szelet[1,7], Vanília öntet[7,(1,6,8,12)], Alma, T.K. kenyér[1,(7)]			Magyaros burgonyaleves[1,3,9], Halfilé lenmagvas bundában[1,3,4], Párolt rizs, Tartármártás[3,7,10,(1,12)], T.K. kenyér[1]			Daragaluska leves[1,3,9], Hentestokány[10,(1,6,7)], Szarvacska tészta[1,3]			Füstölt sajt krémleves[1,7,9], Levesgyöngy[1,3,7], Roston sült csirkemell, Zöldbabfőzelék[1,7,9], T.K. kenyér[1,(7)]			100% Gyümölcslé , Csülökpörkölt[9,(1)], Főtt burgonya, Céklasaláta, T.K. kenyér[1,(7)], Túró Rudi[7,(1)]			Májgaluskaleves[1,3,9], Darásmetélt[1,3], Házi szilvalekvár, Porcukor			Vegyes gyümölcsleves[1,7], Sült csirkecomb, Burgonyapüré[7], Ecetes almapaprika(10,12), Sütemény[3,7,(12)]		
	Energia: 1,305.72 Kcal / 5,457.91 KJ			Energia: 1,386.31 Kcal / 5,794.78 KJ			Energia: 758.65 Kcal / 3,171.16 KJ			Energia: 901.59 Kcal / 3,768.65 KJ			Energia: 1,142.46 Kcal / 4,775.48 KJ			Energia: 922.95 Kcal / 3,857.93 KJ			Energia: 1,082.94 Kcal / 4,526.69 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	44.20 g	46.61 g	9.39 g	41.08 g	31.84 g	4.90 g	40.82 g	16.92 g	3.50 g	55.80 g	26.14 g	7.28 g	50.56 g	24.28 g	9.97 g	23.81 g	6.53 g	1.19 g	72.57 g	31.42 g	9.43 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	161.42 g	69.00 g	3.23 g	146.81 g	4.00 g	3.90 g	93.67 g	0.00 g	2.09 g	76.48 g	4.24 g	3.24 g	123.89 g	32.11 g	3.04 g	163.24 g	51.95 g	1.90 g	118.11 g	39.74 g	2.70 g
Idősek Otthona vacsora																					
	Gyümölcsstea, Májkrém[1,(6,7,10)], T.k. Kenyér[1,(7)], Reszelt sárgarépa			Szilvalekváros gombóc[1,3], Fahéjas porcukor			Gyümölcsstea, Olasz felvágott[1,6,7], Vajkrém[7], T.k. Kenyér[1,(7)], Kígyóuborka			Limonádé, Pizza[1,7,(6)]			Gyümölcsstea, Tepertő[1,7], T.k. Kenyér[1,(7)], Lilahagyma			Gyümölcsstea, Soproni felvágott[1,6,7], Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)], Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Füstölt kolbász, Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]		
	Energia: 498.48 Kcal / 2,083.65 KJ			Energia: 323.18 Kcal / 1,350.89 KJ			Energia: 688.50 Kcal / 2,877.93 KJ			Energia: 526.56 Kcal / 2,201.02 KJ			Energia: 860.92 Kcal / 3,598.65 KJ			Energia: 666.81 Kcal / 2,787.27 KJ			Energia: 638.17 Kcal / 2,667.55 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	20.85 g	9.50 g	2.90 g	2.46 g	1.72 g	0.02 g	20.26 g	32.40 g	13.82 g	19.98 g	6.84 g	1.05 g	19.75 g	50.92 g	18.78 g	19.38 g	30.48 g	9.89 g	19.80 g	27.66 g	8.96 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	81.14 g	12.01 g	3.08 g	42.80 g	24.98 g	0.47 g	77.86 g	12.01 g	2.54 g	67.30 g	13.98 g	0.89 g	79.55 g	12.01 g	3.03 g	77.66 g	12.01 g	3.67 g	76.46 g	12.01 g	3.82 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyezés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8. Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Idősek Otthon a reggeli	Gyümölcsstea, Kockasajt sonkás[7,(1)], Kifli[1]			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém[7], T.k. Kenyér[1,(7)], Zöldpaprika			Karamellás tej[7], Margarin(7), Foszlós kalács[1,3,7]			Gyümölcsstea, Vajkrém[7], Reszelt sárgarépa, Tk. kenyér[1]			Gyümölcsstea, Tojáspástétom[3,7,10,(12)], T.k. Kenyér[1,(7)]			Gyümölcsstea, Margarin(7), Sós fonott[1,3,7]			Tej[7], Vaj[7], T.k. Kenyér[1,(7)]		
	Energia: 344.76 Kcal / 1,441.10 KJ			Energia: 524.24 Kcal / 2,191.32 KJ			Energia: 703.26 Kcal / 2,939.63 KJ			Energia: 488.70 Kcal / 2,042.77 KJ			Energia: 472.08 Kcal / 1,973.29 KJ			Energia: 433.55 Kcal / 1,812.24 KJ			Energia: 757.54 Kcal / 3,166.52 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	10.51 g	6.36 g	3.32 g	13.49 g	17.08 g	8.09 g	21.35 g	28.72 g	10.41 g	12.22 g	17.48 g	7.82 g	17.46 g	9.66 g	3.41 g	11.39 g	19.20 g	6.78 g	22.32 g	33.46 g	2.80 g
Idősek Otthon a ebéd	Palócleves[1,7,9], Fodros metélt[1,3], Dejő szórát[1], Mák szórát, T.K. kenyér[1,(7)]			Zöldborsó krémleves[1,7,9], Zsemlekocka[1], Paradicsomos húsgombóc[1,3,9], Főtt burgonya, T.K. kenyér[1]			Lencseleves[1,3,9,10,(12)], Stroganoff sertésragu[1,7,10,(12)], Orsó tészta[1,3], Alma			Tarhonyaleves[1,3], Serpenyős pulyka aprópecsenye[9,(1)], Banán			Karalábé leves[1,3,7,9], Rántott sertésborda[1,3], Zöldborsófőzelék[1,9], T.K. kenyér[1,(7)]			Húsgombócleves[1,3,9], Aranygaluska[1,3,7,(12)], Vanília öntet[7,(1,6,8,12)]			Csontleves[1,3,9], Töltött káposzta[1,3,7,9,(12)], T.K. kenyér[1,(7)], Sütemény[3,7,(12)]		
	Energia: 1,396.75 Kcal / 5,838.42 KJ			Energia: 1,244.68 Kcal / 5,202.76 KJ			Energia: 1,085.76 Kcal / 4,538.48 KJ			Energia: 987.85 Kcal / 4,129.21 KJ			Energia: 1,159.30 Kcal / 4,845.87 KJ			Energia: 1,059.29 Kcal / 4,427.83 KJ			Energia: 757.61 Kcal / 3,166.81 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	45.47 g	41.02 g	5.47 g	40.93 g	29.76 g	9.08 g	44.56 g	30.92 g	3.46 g	38.62 g	22.41 g	6.81 g	55.70 g	18.22 g	5.00 g	33.59 g	23.80 g	5.38 g	31.95 g	33.55 g	11.76 g
Idősek Otthon a vacsora	Gyümölcsstea, Csemege szalámi, Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)], Kígyóborka			Lekváros derelye[1], Porcukor			Gyümölcsstea, Kolbászkрем[7,10,(12)], T.k. Kenyér[1,(7)]			Gombapaprikás[1,7,9], Galuska[1,3]			Gyümölcsstea, Disznósajt[1,6,7], T.k. Kenyér[1,(7)], Lilahagyma			Gyümölcsstea, Krinolin[1,6,7,10], Mustár[10,(12)], T.k. Kenyér[1,(7)]			Gyümölcsstea, Főtt császárszalonna, T.k. Kenyér[1,(7)], Kaliforniai paprika		
	Energia: 706.17 Kcal / 2,951.79 KJ			Energia: 658.33 Kcal / 2,751.82 KJ			Energia: 504.16 Kcal / 2,107.39 KJ			Energia: 735.67 Kcal / 3,075.10 KJ			Energia: 569.31 Kcal / 2,379.72 KJ			Energia: 560.09 Kcal / 2,341.18 KJ			Energia: 573.28 Kcal / 2,396.31 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	19.85 g	34.20 g	4.16 g	18.52 g	3.57 g	0.03 g	15.78 g	14.23 g	6.14 g	36.83 g	10.19 g	2.55 g	21.19 g	17.98 g	6.46 g	21.43 g	14.44 g	4.49 g	21.49 g	18.48 g	0.36 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Idősek Otthona reggeli																					
	Tej[7], Margarin(7), Fatörzskifli[1,3,7]			Gyümölcsstea, Zöldfűszeres túrókrém[7], Tk. kenyér[1], Zöldpaprika			Kakaó[7,(1)], Margarin(7), Fonott kalács[1,3,7]			Gyümölcsstea, Pritaminos tonhalkrém[3,4,10,(1,7,12)], Tk. kenyér[1]			Gyümölcsstea, Házi húskrém[7,10,(12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)], Jégcsap retek			Tej[7], Pogácsa[1,7,(3)]			Gyümölcsstea, Minidzsem(12), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]		
	Energia: 368.70 Kcal / 1,541.17 KJ			Energia: 427.51 Kcal / 1,786.99 KJ			Energia: 766.62 Kcal / 3,204.47 KJ			Energia: 446.48 Kcal / 1,866.29 KJ			Energia: 450.90 Kcal / 1,884.76 KJ			Energia: 493.20 Kcal / 2,061.58 KJ			Energia: 627.58 Kcal / 2,623.28 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	11.72 g	19.82 g	6.78 g	19.61 g	5.40 g	2.09 g	22.49 g	29.55 g	10.89 g	15.12 g	11.86 g	1.69 g	17.70 g	14.06 g	5.05 g	17.30 g	19.10 g	2.44 g	12.83 g	14.96 g	4.16 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	10.30 g	17.50 g	0.17 g	75.10 g	12.01 g	1.29 g	76.62 g	33.52 g	1.07 g	69.17 g	12.01 g	1.63 g	62.56 g	12.65 g	1.33 g	1.44 g	15.90 g	0.01 g	108.71 g	44.41 g	2.46 g
Idősek Otthona ebéd																					
	Hamis halászlé[1,3,4], Túrós-tejföl tésztára[7], Fodros kocka[1,3], Porcukor, Szalonna pörcc(1), Alma, T.K. kenyér[1,(7)]			Tavaszi zöldségleves[1,3,9], Rántott karfiol[1,3], Majonézes burgonya saláta[3,7,10,(1,12)]			Citromos halgaluska leves[1,3,4,9], Sertéspörkölt[9,(1,7)], Tarhonya[1,3], Káposzta saláta, T.K. kenyér[1,(7)]			Karfiolleves[1,3,7], Rántott csirkemell[1,3], Tökfőzelék[1,7,9], T.K. kenyér[1,(7)]			Marhahúsleves[1,3,9], Rakott zöldbab[7]			Frankfurti leves[1,7,9,(6,10)], Házi kakaós kalács[1,3,7,(12)], T.K. kenyér[1,(7)]			Zöldségleves[1,3,9], Brassói aprópecsenye(1), Pirított burgonya, Ecetes almapaprika(10,12), Sütemény[3,7,(12)]		
	Energia: 1,644.24 Kcal / 6,872.92 KJ			Energia: 1,260.76 Kcal / 5,269.98 KJ			Energia: 1,179.73 Kcal / 4,931.27 KJ			Energia: 926.37 Kcal / 3,872.23 KJ			Energia: 681.01 Kcal / 2,846.62 KJ			Energia: 1,147.53 Kcal / 4,796.68 KJ			Energia: 1,256.38 Kcal / 5,251.67 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	50.60 g	71.44 g	27.60 g	23.02 g	53.91 g	9.24 g	47.82 g	35.10 g	2.28 g	48.34 g	11.51 g	3.32 g	30.23 g	29.71 g	11.21 g	34.81 g	20.02 g	7.01 g	37.55 g	48.01 g	5.57 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	188.49 g	34.64 g	4.68 g	114.75 g	5.99 g	1.82 g	135.88 g	11.99 g	3.32 g	89.58 g	0.00 g	2.57 g	61.54 g	0.00 g	1.17 g	196.92 g	66.53 g	3.06 g	88.42 g	6.59 g	2.71 g
Idősek Otthona vacsora																					
	Gyümölcsstea, Májkrém[1,(6,7,10)], Tk. kenyér[1], Paradicsom			Tejberizs[7], Eperöntet(12)			Gyümölcsstea, Párizsi(1,6,7,10), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)], Kígyóuborka			Limonádé, Langalló[1,7]			Gyümölcsstea, Bajai sonkás felvágott(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)]			Gyümölcsstea, Füstölt-főtt tarja, Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)], Zöldpaprika			Gyümölcsstea, Tepertőkrém(1,7), T.k. Kenyér[1,(7)], Lilahagyma		
	Energia: 557.13 Kcal / 2,328.80 KJ			Energia: 646.31 Kcal / 2,701.58 KJ			Energia: 602.24 Kcal / 2,517.36 KJ			Energia: 585.59 Kcal / 2,447.77 KJ			Energia: 659.66 Kcal / 2,757.38 KJ			Energia: 597.95 Kcal / 2,499.43 KJ			Energia: 780.81 Kcal / 3,263.79 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	19.90 g	9.98 g	2.63 g	17.73 g	5.88 g	2.96 g	17.95 g	20.46 g	6.22 g	12.68 g	22.82 g	8.23 g	20.20 g	29.86 g	9.73 g	20.03 g	22.58 g	4.66 g	18.54 g	42.60 g	15.71 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	72.71 g	12.01 g	1.79 g	129.37 g	74.03 g	0.50 g	77.94 g	12.16 g	3.35 g	60.89 g	14.51 g	0.96 g	76.46 g	12.01 g	4.29 g	77.66 g	12.01 g	2.92 g	79.55 g	12.01 g	2.92 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén-dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Idősek Otthona reggeli																					
	Tej[7], Vaj[7], Sós fonott[1,3,7]			Gyümölcsstea, Körözött túró[7], T.k. Kenyér[1,(7)], Zöldhagyma			Tejeskávét[1,7], Vaj[7], Briós[1,3,7]			Gyümölcsstea, Sült zölds. csicseriborsó krém[7,9,(1)], Teljes kiőrlésű kifli[1], Zöldpaprika			Tej[7], Sajtos pogácsa[1,7,(6,12,13)]			Tej[7], Túrós batyu[1,7,(3,6,12)]			Kakaó[7,(1)], Mini méz, Vaj[7], T.k. Kenyér[1,(7)]		
	Energia: 635.96 Kcal / 2,658.31 KJ			Energia: 832.69 Kcal / 3,480.64 KJ			Energia: 736.02 Kcal / 3,076.56 KJ			Energia: 346.02 Kcal / 1,446.36 KJ			Energia: 644.72 Kcal / 2,694.93 KJ			Energia: 696.26 Kcal / 2,910.37 KJ			Energia: 872.82 Kcal / 3,648.39 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	21.63 g	30.70 g	5.42 g	44.04 g	9.27 g	3.26 g	17.57 g	31.94 g	5.09 g	11.72 g	6.83 g	2.40 g	16.36 g	37.24 g	11.38 g	22.66 g	33.00 g	11.12 g	22.91 g	27.00 g	3.12 g
Idősek Otthona ebéd	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	42.43 g	15.90 g	0.03 g	142.01 g	12.01 g	2.77 g	68.59 g	47.34 g	0.68 g	58.86 g	12.53 g	1.33 g	35.16 g	16.26 g	2.01 g	51.20 g	30.40 g	1.05 g	108.38 g	58.29 g	2.45 g
	Lencsegulyás gazdagon[1,3,9], Túrós gombóc[1], Vaníliás tejföl[7], T.K. kenyér[1,(7)], Alma			Tejfölös gombaleves[1,3,7,9], Lecsós csirkecomb(1), Párolt rizs, T.K. kenyér[1,(7)]			Paradicsomleves[1,3,9], Rakott burgonya[3,7], Karottás káposztasaláta			Lebbencsleves[1,3,9], Natúr sertésborda, Sárgaborsó főzelék[1,9], T.K. kenyér[1,(7)]			Zöldbableves[1,3,7,9], Bolognai ragu, Spagetti[1,3], Reszelt sajt[7,(1)], Mandarin, T.K. kenyér[1,(7)]			Kolbászos burgonyaleves[1,3,7,9], Rizsfelfújt[3,7,(12)], Erdei gyümölcsmártás(12), T.K. kenyér[1,(7)]			Vegyes gyümölcsleves[1,7], Sült oldalas, Tepsisburgonya[9,(1)], Ecetes almapaprika(10,12), Sütemény[3,7,(12)]		
	Energia: 1,375.23 Kcal / 5,748.46 KJ			Energia: 1,230.86 Kcal / 5,144.99 KJ			Energia: 846.76 Kcal / 3,539.46 KJ			Energia: 823.79 Kcal / 3,443.44 KJ			Energia: 1,151.90 Kcal / 4,814.94 KJ			Energia: 1,323.93 Kcal / 5,534.03 KJ			Energia: 1,512.27 Kcal / 6,321.29 KJ		
Idősek Otthona vacsora	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	52.97 g	32.11 g	6.24 g	73.74 g	24.36 g	6.33 g	25.54 g	24.46 g	9.30 g	50.72 g	17.27 g	5.60 g	42.13 g	28.63 g	8.50 g	35.20 g	31.84 g	12.79 g	53.92 g	73.70 g	26.63 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	198.79 g	23.89 g	2.67 g	111.24 g	0.00 g	3.91 g	113.15 g	33.97 g	2.18 g	93.14 g	0.00 g	2.97 g	139.74 g	4.00 g	2.95 g	209.20 g	85.46 g	3.22 g	125.96 g	36.56 g	2.78 g
Idősek Otthona vacsora	Gyümölcsstea, Csemege paprikás szalámi(1,6,7), Margarin(7), Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű zsemle[1,(13)]			Sertés sült, Francia saláta[3,7,10,(1,12)]			Gyümölcsstea, Zala felvágott(1,6,7), Margarin(7), T.k. Kenyér[1,(7)], Kígyóuborka			Gyümölcsstea, Virsli, különféle (1,6,7,10), Mustár[10,(12)], Ketchup(1), T.k. Kenyér[1,(7)]			Gyümölcsstea, Csirkemell sonka(1,6,7), Margarin(7), Paradicsom, T.k. Kenyér[1,(7)]			Gyümölcsstea, Tepertő(1,7), Kockasajt[7,(1)], T.k. Kenyér[1,(7)], Zöldhagyma			Gyümölcsstea, Füstölt-főtt tarja , T.k. Kenyér[1,(7)], Kígyóuborka		
	Energia: 634.17 Kcal / 2,650.83 KJ			Energia: 681.01 Kcal / 2,846.62 KJ			Energia: 603.26 Kcal / 2,521.63 KJ			Energia: 753.85 Kcal / 3,151.09 KJ			Energia: 639.61 Kcal / 2,673.57 KJ			Energia: 1,460.72 Kcal / 6,105.81 KJ			Energia: 467.74 Kcal / 1,955.15 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	19.05 g	33.98 g	10.38 g	39.16 g	43.72 g	6.20 g	18.95 g	23.50 g	7.61 g	30.13 g	27.68 g	9.55 g	20.59 g	16.36 g	4.62 g	62.34 g	43.14 g	14.20 g	19.91 g	8.50 g	0.86 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	61.99 g	12.65 g	2.72 g	30.93 g	0.00 g	0.68 g	77.29 g	12.06 g	2.51 g	94.87 g	21.61 g	2.04 g	78.57 g	12.01 g	2.47 g	203.77 g	12.01 g	3.22 g	77.06 g	12.01 g	2.93 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezám 12. Kén dioxid 13. Csillagfű 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.