



5700 Gyula
Nürnbergi u. 8.

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.14] © Info-Set Kft.

2025. 39. hét (2025.09.22. - 2025.09.28.)

2025.08.15. 13:35

2. / 4. oldal

ÉTLAP

Idősek

Korcsoport: 70 év felett

Hétfő				Kedd				Szerda				Csütörtök				Péntek				Szombat				Vasárnap																															
Ebéd - A																																																							
Magyaros gombaleves+								Vegyes gyümölcs leves +								Francia hagymaleves +								Reszelt tészta leves +								Tárkonyos csirkeragu leves +								Lebbencs leves +								Karalábé leves vajasgaluskával+							
Tápanyag jellemzők	En:	139,8 kcal	Zs:	9,4 g	En:	835,8 kcal	Zs:	4,2 g	En:	168,9 kcal	Zs:	10,4 g	En:	144,7 kcal	Zs:	4,0 g	En:	178,1 kcal	Zs:	7,7 g	En:	217,3 kcal	Zs:	11,9 g	En:	155,4 kcal	Zs:	9,7 g																											
	Tz:	1,4 g	Fe:	2,4 g	Tz:	0,9 g	Fe:	8,6 g	Tz:	3,6 g	Fe:	3,2 g	Tz:	0,5 g	Fe:	4,9 g	Tz:	0,6 g	Fe:	18,2 g	Tz:	1,6 g	Fe:	3,9 g	Tz:	2,2 g	Fe:	2,7 g																											
	Sz:	10,8 g	Cu:	0,1 g	Sz:	182,0 g	Cu:	40,4 g	Sz:	15,9 g	Cu:	0,1 g	Sz:	22,5 g	Cu:	2,6 g	Sz:	9,7 g	Cu:	0,3 g	Sz:	22,6 g	Cu:	0,6 g	Sz:	13,9 g	Cu:	3,1 g																											
	So:	2,6 g	Hs:	1,9 g	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	2,0 g	Hs:	-	So:	1,9 g	Hs:	1,4 g	So:	2,4 g	Hs:	1,9 g	So:	2,6 g	Hs:	1,4 g	So:	2,4 g	Hs:	1,9 g																											
Allergének zeller, glutén				tejfőle, glutén				glutén, tejfőle				zeller, glutén, tojás, hal, szója, tejfőle				zeller, glutén, mustár, tejfőle				glutén, tojás				Karatálé leves vajasgaluskával+																															
Bélszínroló (házi) +								Spenótos-gombás csirkemell pennével+								Levesgyöngy +								Gyulai tokány +								Túrós csusza teperővel+								Főtt tojás +								Pírtott sertésmáj +							
Tápanyag jellemzők	En:	314,6 kcal	Zs:	21,3 g	En:	616,6 kcal	Zs:	215,1 g	En:	27,1 kcal	Zs:	1,7 g	En:	806,7 kcal	Zs:	64,0 g	En:	750,4 kcal	Zs:	35,8 g	En:	71,6 kcal	Zs:	5,0 g	En:	341,9 kcal	Zs:	24,9 g																											
	Tz:	1,9 g	Fe:	23,1 g	Tz:	4,3 g	Fe:	44,0 g	Tz:	0,8 g	Fe:	0,4 g	Tz:	8,4 g	Fe:	31,8 g	Tz:	4,8 g	Fe:	29,1 g	Tz:	-	Fe:	5,7 g	Tz:	2,5 g	Fe:	23,8 g																											
	Sz:	15,7 g	Cu:	0,0 g	Sz:	77,9 g	Cu:	2,8 g	Sz:	2,5 g	Cu:	0,0 g	Sz:	17,9 g	Cu:	0,8 g	Sz:	75,3 g	Cu:	2,5 g	Sz:	0,3 g	Cu:	-	Sz:	4,4 g	Cu:	0,3 g																											
	So:	1,5 g	Hs:	1,2 g	So:	2,7 g	Hs:	1,7 g	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	3,7 g	Hs:	1,9 g	So:	3,1 g	Hs:	1,9 g	So:	0,1 g	Hs:	-	So:	3,1 g	Hs:	1,9 g																											
Allergének glutén, tojás				tejfőle, glutén								glutén				tejfőle, glutén, tojás				tojás				mustár																															
Friss-kapros tökfőzelék +								Kenyér félbarna E+								Vajas csirkemell +								Párolt rizs +								Kenyér félbarna E+								Sóskamártás +								Főtt burgonya +							
Tápanyag jellemzők	En:	301,0 kcal	Zs:	12,8 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	263,2 kcal	Zs:	14,2 g	En:	586,1 kcal	Zs:	18,9 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	427,9 kcal	Zs:	13,6 g	En:	301,9 kcal	Zs:	0,6 g																											
	Tz:	2,4 g	Fe:	6,4 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	8,9 g	Fe:	23,9 g	Tz:	2,6 g	Fe:	10,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	1,4 g	Fe:	7,9 g	Tz:	-	Fe:	8,0 g																											
	Sz:	38,6 g	Cu:	5,0 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	11,6 g	Cu:	1,1 g	Sz:	93,8 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	67,4 g	Cu:	40,0 g	Sz:	64,0 g	Cu:	-																											
	So:	1,5 g	Hs:	1,4 g	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	2,1 g	Hs:	-	So:	1,3 g	Hs:	1,0 g	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	1,4 g	Hs:	1,4 g	So:	0,3 g	Hs:	0,3 g																											
Allergének glutén, tejfőle				glutén, szója				tejfőle, glutén				glutén, hal, szója, tejfőle, tojás, zeller				glutén, szója				tejfőle, glutén																																			
Kenyér félbarna E+																Burgonyapüré +								Kenyér félbarna E+																Kenyér félbarna E+								Cékla saláta +							
Tápanyag jellemzők	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	444,2 kcal	Zs:	15,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	15,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	-	Zs:	-																											
	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	5,9 g	Fe:	10,3 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	-	Fe:	-																											
	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	64,3 g	Cu:	4,3 g	Sz:	64,3 g	Cu:	4,3 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	-	Cu:	-																											
	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	4,9 g	Hs:	-	So:	4,9 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	-	Hs:	-																											
Allergének glutén, szója								tejfőle				glutén, szója								glutén, szója																																			
																Kenyér félbarna E+																								Kenyér félbarna E+															
Tápanyag jellemzők	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g																											
	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g																											
	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g																											
	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-																											
Allergének				glutén, szója																								glutén, szója																											
																Alma befőtt +																																							
Tápanyag jellemzők	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g	En:	0,0 kcal	Zs:	0,0 g																											
	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	0,0 g																											
	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g	Sz:	0,0 g	Cu:	0,0 g																											
	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-																											
Allergének																																																							
Ebéd - B																																																							

Hétfő				Kedd				Szerda				Csütörtök				Péntek				Szombat				Vasárnap					
Ebéd - B																													
Magyaros gombaleves+				Vegyes gyümölcs leves +				Francia hagymaleves +				Reszelt tészta leves +				Tárkonyos csirkeragu leves +													
Tápanyag jellemzők		En:	139,8 kcal	Zs:	9,4 g	En:	835,8 kcal	Zs:	4,2 g	En:	168,9 kcal	Zs:	10,4 g	En:	144,7 kcal	Zs:	4,0 g	En:	178,1 kcal	Zs:	7,7 g								
		Tz:	1,4 g	Fe:	2,4 g	Tz:	0,9 g	Fe:	8,6 g	Tz:	3,6 g	Fe:	3,2 g	Tz:	0,5 g	Fe:	4,9 g	Tz:	0,6 g	Fe:	18,2 g								
		Sz:	10,8 g	Cu:	0,1 g	Sz:	182,0 g	Cu:	40,4 g	Sz:	15,9 g	Cu:	0,1 g	Sz:	22,5 g	Cu:	2,6 g	Sz:	9,7 g	Cu:	0,3 g								
		So:	2,6 g	Hs:	1,9 g	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	2,0 g	Hs:	-	So:	1,9 g	Hs:	1,4 g	So:	2,4 g	Hs:	1,9 g								
Allergének		zeller, glutén				tejfőle, glutén				glutén, tejfőle				zeller, glutén, tojás, hal, szója, tejfőle				zeller, glutén, mustár, tejfőle											
		Zöldbab főzelék +				Sajtos halfilé +				Levesgyöngy +				Sült virsli +				Szilvás gombóc +											
		Tápanyag jellemzők		En:	304,8 kcal	Zs:	16,4 g	En:	314,3 kcal	Zs:	18,2 g	En:	27,1 kcal	Zs:	1,7 g	En:	197,8 kcal	Zs:	17,8 g	En:	687,4 kcal	Zs:	21,4 g						
				Tz:	2,9 g	Fe:	5,9 g	Tz:	3,7 g	Fe:	29,4 g	Tz:	0,8 g	Fe:	0,4 g	Tz:	0,9 g	Fe:	7,8 g	Tz:	5,4 g	Fe:	11,5 g						
Sz:	32,3 g			Cu:	3,0 g	Sz:	0,9 g	Cu:	0,2 g	Sz:	2,5 g	Cu:	0,0 g	Sz:	1,6 g	Cu:	-	Sz:	110,6 g	Cu:	29,7 g								
So:	1,9 g			Hs:	1,9 g	So:	2,5 g	Hs:	1,9 g	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	-	Hs:	-	So:	5,3 g	Hs:	2,9 g								
Allergének		glutén, tejfőle				tejfőle, hal								glutén															
		Húspogácsa				Rizi-bizi +				Burgonyapaprikás kolbásszal,galuskával+				Tejfőlös burgonyafőzelék +				Kenyér félbarna E+											
		Tápanyag jellemzők		En:	-	Zs:	-	En:	600,5 kcal	Zs:	19,1 g	En:	793,2 kcal	Zs:	32,9 g	En:	339,3 kcal	Zs:	13,3 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g						
				Tz:	-	Fe:	-	Tz:	2,5 g	Fe:	14,6 g	Tz:	22,1 g	Fe:	30,1 g	Tz:	1,4 g	Fe:	6,5 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g						
Sz:	-			Cu:	-	Sz:	92,8 g	Cu:	0,1 g	Sz:	75,6 g	Cu:	0,4 g	Sz:	46,7 g	Cu:	4,9 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g								
So:	-			Hs:	-	So:	1,4 g	Hs:	1,2 g	So:	4,1 g	Hs:	-	So:	1,5 g	Hs:	1,4 g	So:	0,6 g	Hs:	-								
Allergének						zeller				tojás, glutén				glutén, tejfőle				glutén, szója											
		Kenyér félbarna E+				Kenyér félbarna E+				Vitamin saláta +				Kenyér félbarna E+															
		Tápanyag jellemzők		En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,3 g	En:	130,4 kcal	Zs:	0,4 g										
				Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g	Tz:	0,0 g	Fe:	2,9 g	Tz:	0,1 g	Fe:	4,0 g										
Sz:	26,5 g			Cu:	0,1 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g	Sz:	28,8 g	Cu:	19,6 g	Sz:	26,5 g	Cu:	0,1 g												
So:	0,6 g			Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-	So:	0,0 g	Hs:	-	So:	0,6 g	Hs:	-												
Allergének		glutén, szója				glutén, szója				zeller				glutén, szója															
Allergének																													
Uzsonna - A																													
Babapiskóta +				Eper lekvár +				Joghurt poharas natúr +				Körözött 50gr-os tömlős +				Sajtos rúd +				Őszibarack +				Őszibarack befőtt +					
Tápanyag jellemzők		En:	70,2 kcal	Zs:	0,7 g	En:	110,5 kcal	Zs:	-	En:	85,5 kcal	Zs:	4,5 g	En:	53,0 kcal	Zs:	3,0 g	En:	189,9 kcal	Zs:	10,0 g	En:	49,2 kcal	Zs:	0,4 g	En:	84,2 kcal	Zs:	0,1 g
		Tz:	-	Fe:	1,3 g	Tz:	-	Fe:	0,2 g	Tz:	-	Fe:	4,8 g	Tz:	1,9 g	Fe:	4,5 g	Tz:	-	Fe:	3,9 g	Tz:	-	Fe:	0,8 g	Tz:	-	Fe:	0,6 g
		Sz:	14,4 g	Cu:	-	Sz:	26,6 g	Cu:	26,5 g	Sz:	6,6 g	Cu:	-	Sz:	2,0 g	Cu:	2,0 g	Sz:	20,0 g	Cu:	0,8 g	Sz:	10,8 g	Cu:	-	Sz:	22,7 g	Cu:	20,7 g
		So:	-	Hs:	-	So:	-	Hs:	-	So:	-	Hs:	-	So:	1,6 g	Hs:	-	So:	1,0 g	Hs:	-	So:	-	Hs:	-	So:	19,5 g	Hs:	-
Allergének		glutén, tojás								tejfőle								glutén, tejfőle, tojás											

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Uzsonna - A						

	Kenyér félbarna T,U+	Magvas zsemle +
Tápanyag jellemzők	En: 156,5 kcal Zs: 0,5 g Tz: 0,2 g Fe: 4,8 g Sz: 31,8 g Cu: 0,1 g So: 0,8 g Hs: -	En: 196,1 kcal Zs: 3,2 g Tz: 0,6 g Fe: 6,4 g Sz: 33,5 g Cu: 0,6 g So: 1,2 g Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szeszámmag, szója

Vacsora - A

	Sajtkrém +	Brassói aprópecsenye +	Tej +	Sertés rizottó +	Kenőmájás +	Rakott császárszalonna +	Csülök sonka +
Tápanyag jellemzők	En: 56,4 kcal Zs: 159,3 g Tz: 2,8 g Fe: 2,6 g Sz: 1,8 g Cu: 1,5 g So: 0,3 g Hs: -	En: 1275,5 kcal Zs: 18,6 g Tz: 0,0 g Fe: 36,2 g Sz: 67,1 g Cu: 1,8 g So: 2,1 g Hs: 1,9 g	En: 204,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: 0,0 g Fe: 11,2 g Sz: 17,5 g Cu: 17,5 g So: 0,0 g Hs: -	En: 1095,2 kcal Zs: 25,5 g Tz: 2,5 g Fe: 28,5 g Sz: 82,7 g Cu: 0,1 g So: 2,2 g Hs: 1,9 g	En: 162,5 kcal Zs: 13,8 g Tz: - Fe: 8,0 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 1,4 g Hs: -	En: 271,0 kcal Zs: 24,0 g Tz: - Fe: 13,0 g Sz: 1,0 g Cu: - So: - Hs: -	En: 54,9 kcal Zs: 2,7 g Tz: 1,1 g Fe: 6,8 g Sz: 0,8 g Cu: 0,2 g So: 1,1 g Hs: -
Allergének	tejfőle	mustár	tejfőle	zeller			

	Paradicsom +	Friss káposzta saláta +	Parizer krém +	Cékla saláta +	Graham kenyér R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+
Tápanyag jellemzők	En: 11,6 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 2,0 g Cu: - So: - Hs: -	En: 62,7 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 1,1 g Sz: 14,0 g Cu: 9,8 g So: - Hs: -	En: 130,2 kcal Zs: 13,5 g Tz: 6,1 g Fe: 2,3 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 141,4 kcal Zs: 1,0 g Tz: 1,0 g Fe: 5,0 g Sz: 24,6 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -
Allergének			tejfőle		glutén	glutén, szója	glutén, szója

	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Zöldpaprika kg +	Paradicsom +	Paradicsom +
Tápanyag jellemzők	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 8,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 1,2 g Cu: - So: - Hs: -	En: 11,6 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 2,0 g Cu: - So: - Hs: -	En: 11,6 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 2,0 g Cu: - So: - Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója			

	Zöldpaprika kg +
Tápanyag jellemzők	En: 8,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: 0,0 g Fe: 0,5 g Sz: 1,2 g Cu: 0,0 g So: 0,0 g Hs: -
Allergének	

SEnergia-A	1935,82kcal	4747,26kcal	2452,36kcal	4189,33kcal	2888,51kcal	2189,02kcal	2038,08kcal
SEnergia-B	574,98kcal	1881,06kcal	1250,01kcal	812,2kcal	995,89kcal	0kcal	0kcal

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só