



Nőgrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVÁNY: 1870

NŐGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00003) Normál	Reggeli	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Soproni felvágott, Kockasajt 17,5gr 40%	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Afr.harcsa pást.zöldf.50gr, Edámi sajt 0,03-40%Milram	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Kárpáti szalámi, Trappista sajt 0,03g-40%	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Kockasajt 17,5gr 40%, Királyi sonka-Sertés	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Főtt virsli-Baromfi virsli, Citromos tea 5 dl-, Mini mustár- 15ml	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Zala felvágott Kométa, Edámi sajt 0,04-40% Milram	Telj.kiörl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Csirke pást. , Pritamin paprika
		Energia: 410,78 Kcal / 1 717,06 KJ	Energia: 517,06 Kcal / 2 161,31 KJ	Energia: 624,74 Kcal / 2 611,41 KJ	Energia: 335,42 Kcal / 1 402,06 KJ	Energia: 485,96 Kcal / 2 031,31 KJ	Energia: 381,21 Kcal / 1 593,46 KJ	Energia: 403,97 Kcal / 1 688,59 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,03 g 14,08 g 5,98 g	17,76 g 23,28 g 6,05 g	23,72 g 33,11 g 15,14 g	15,53 g 4,78 g 2,18 g	16,58 g 17,93 g 6,86 g	15,91 g 10,38 g 6,64 g	10,77 g 15,00 g 5,48 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	54,85 g 20,14 g 2,08 g	55,35 g 20,14 g 2,15 g	54,80 g 20,14 g 3,52 g	53,85 g 20,14 g 2,53 g	54,03 g 20,14 g 3,12 g	52,41 g 20,14 g 1,54 g	52,97 g 20,14 g 1,72 g	
	1,6,7	1,4,7	1,7	1,7	1,10,(12)	1,7	1,6,(10)	
	Ebéd	Káposztás kocka-19 évtől, Palócleves 19évestől	Csontleves -N, Sertéspörkölt-KV, Tarkababf.-Normál 19 évtől	Paradicsommártás, Rizses húsgombóc - 2 db/fő , Karalábéleves - Normál	Májgaluska. -19 évtől, Zöldborsóf.-N.19 évtől, Rántott párizsi	Pulyka rizottó N.-19 évtől, BrokkolikréMLEVES -N	Burgonyafőzelék - Normál, Sült kolbász-N.19 évtől, Tarhonyaleves-Normál	Reszeltt.-leves -N-19évtől, Tészta köret szarvacska, Csikós tokány-Normál
		Energia: 777,37 Kcal / 3 249,41 KJ	Energia: 652,48 Kcal / 2 727,37 KJ	Energia: 704,86 Kcal / 2 946,31 KJ	Energia: 1 124,19 Kcal / 4 699,11 KJ	Energia: 655,00 Kcal / 2 737,90 KJ	Energia: 716,67 Kcal / 2 995,68 KJ	Energia: 761,62 Kcal / 3 183,57 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		27,55 g 32,48 g 4,80 g	37,24 g 29,11 g 4,47 g	33,76 g 21,65 g 4,68 g	32,05 g 78,94 g 14,28 g	30,61 g 26,89 g 4,13 g	18,43 g 43,58 g 8,61 g	33,71 g 30,78 g 5,98 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
95,18 g 2,00 g 4,11 g	61,71 g 0,00 g 3,68 g	92,49 g 14,99 g 5,85 g	72,25 g 0,00 g 4,68 g	77,56 g 0,00 g 4,11 g	65,65 g 0,00 g 5,39 g	87,31 g 0,00 g 5,35 g		
1,3,7	1,3,7,9	1,3,9	1,3,7,9	1,7	1,3,6,7	1,3,7,9		
Uzsonna	Alma 1 db-Normál	Pöttyös túró rudi	Alma 1 db-Normál	Rétes almás	Cornexi-almás-pirosgy. müzli	Pöttyös túró rudi	Alma 1 db-Normál	
	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 107,42 Kcal / 449,02 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 368,21 Kcal / 1 539,12 KJ	Energia: 66,75 Kcal / 279,02 KJ	Energia: 107,42 Kcal / 449,02 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	0,40 g 0,40 g 0,00 g	2,90 g 5,30 g 4,50 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	5,61 g 18,68 g 8,07 g	0,90 g 1,30 g 0,60 g	2,90 g 5,30 g 4,50 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
7,00 g 0,00 g 0,00 g	12,00 g 11,00 g 0,02 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g	15,10 g 1,60 g 0,00 g	12,00 g 11,00 g 0,02 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g		





Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		42,93 g			5,00 g			0,11 g														
		6,7,(8)			1,3			6,7,(8)														
Vacsora		Citromos tea 5 dl-, Kifli korpás 54gr, Kefir-150g- Egri- 3,5%, Trappista sajt 0,04g-40%			Citromos tea 5 dl-, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Sertés párizsi-Pásztor, Kockasajt 17,5gr 40%			Citromos tea 5 dl-, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Formázott pulyka szelet-Kinga, Joghurt 3,5% 150g natúr-Egri			Citromos tea 5 dl-, Olasz felvágott, Korpás zsemle 50gr., Trappista sajt 0,03g-40%			Citromos tea 5 dl-, Kefir-150g- Egri- 3,5%, Kifli korpás 54gr, Trappista sajt 0,03g-40%			Citromos tea 5 dl-, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Mozzarella s. Chepke, Csirkem. sonka -Kedvenc			Citromos tea 5 dl-, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Csemege turista- Kedvenc, Edámi sajt 0,05 - 40% Milram		
		Energia: 604,11 Kcal / 2 525,18 KJ			Energia: 470,98 Kcal / 1 968,70 KJ			Energia: 439,02 Kcal / 1 835,10 KJ			Energia: 576,08 Kcal / 2 408,01 KJ			Energia: 566,02 Kcal / 2 365,96 KJ			Energia: 528,78 Kcal / 2 210,30 KJ			Energia: 480,40 Kcal / 2 008,07 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
		25,40 g	17,51 g	10,57 g	12,89 g	13,41 g	5,79 g	20,07 g	4,51 g	2,25 g	22,42 g	19,89 g	9,96 g	22,63 g	14,70 g	8,79 g	26,77 g	14,21 g	6,49 g	19,27 g	12,51 g	8,24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	82,17 g	20,00 g	1,90 g	72,35 g	20,00 g	2,48 g	78,62 g	20,00 g	2,39 g	73,21 g	20,00 g	2,59 g	82,01 g	20,00 g	1,72 g	71,12 g	20,00 g	5,33 g	69,67 g	20,00 g	2,03 g	
	1,7			1,7			1,7,(6)			1,6,7			1,7			1,7			1,7			

Szöllősiné Zeke Judit
.....
Élelmezési osztályvezető

Ildzsáné Ipacs Ildikó
.....
Dietetikus

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !!!!



Nógrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVA: 1870

NÓGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00001) Folyékony pépes	Reggeli	Citromos tea 1 liter-Normál, Sütőtökturmix R.-FP.	Citromos tea 1 liter-Normál, Kakaó 2 dl -Normál, Kakaós csomó-Normál	Citromos tea 1 liter-Normál, Kefíres túrókrém -FP	Citromos tea 1 liter-Normál, Tej 2 dl, Fonott kalács 500g	Citromos tea 1 liter-Normál, Almaturmix R.-FP	Citromos tea 1 liter-Normál, Sárgar.turmix R.-FP	Citromos tea 1 liter-Normál, Brokkoliturmix R.-FP
		Energia: 417,91 Kcal / 1 746,86 KJ	Energia: 803,19 Kcal / 3 357,33 KJ	Energia: 352,60 Kcal / 1 473,87 KJ	Energia: 665,71 Kcal / 2 782,67 KJ	Energia: 390,74 Kcal / 1 633,29 KJ	Energia: 403,16 Kcal / 1 685,21 KJ	Energia: 483,70 Kcal / 2 021,87 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,74 g 11,74 g 4,92 g	20,79 g 17,89 g 6,85 g	15,36 g 7,71 g 5,21 g	18,98 g 13,60 g 5,96 g	6,65 g 10,08 g 4,03 g	8,71 g 11,56 g 4,95 g	12,07 g 17,21 g 7,34 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	68,55 g 40,00 g 1,61 g	137,10 g 62,48 g 1,39 g	54,61 g 40,00 g 2,03 g	115,51 g 46,99 g 0,27 g	67,48 g 40,00 g 0,65 g	65,16 g 40,00 g 1,61 g	69,42 g 40,00 g 0,87 g	
	7	1,3,7	7	1,3,7	7	7	7	
	Ebéd	Zellerkrémleves - EK, Gyümölcs TURMIX -FP, Párolt vagdalt - FP, Burgonyapüré - FP	Szűrt leves, Húshasché - FP, Tökfőzelék / burgonyás - FP	Szűrt leves, Húsfelfújt - FP, Zöldbabfőzelék püré/burg - FP	Szűrt leves, Sárgarépa-főzelék püré - FP, Húsgombóc (zsemlés) - FP	Köményleves - pirított zs. nélkül, Burgonyafőzelék püré-FP , Húshasché - FP	Szűrt leves, Tökfőzelék / burgonyás - FP, Húsgombóc (zsemlés) - FP	Párolt vagdalt - FP, Burgonyapüré - FP, Szűrt leves
		Energia: 542,78 Kcal / 2 268,82 KJ	Energia: 483,40 Kcal / 2 020,61 KJ	Energia: 607,04 Kcal / 2 537,43 KJ	Energia: 426,91 Kcal / 1 784,48 KJ	Energia: 494,75 Kcal / 2 068,06 KJ	Energia: 512,32 Kcal / 2 141,50 KJ	Energia: 473,36 Kcal / 1 978,64 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,68 g 14,92 g 5,01 g	27,18 g 13,43 g 2,80 g	30,67 g 24,01 g 5,43 g	27,11 g 10,96 g 3,30 g	24,70 g 21,24 g 3,85 g	28,58 g 14,22 g 3,02 g	23,50 g 11,70 g 4,67 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
77,03 g 7,30 g 4,31 g	64,89 g 0,00 g 6,18 g	67,18 g 0,00 g 5,16 g	53,01 g 0,00 g 4,86 g	52,47 g 0,00 g 6,16 g	68,80 g 0,00 g 5,30 g	67,42 g 0,00 g 5,31 g		
1,7,9	1,7,9	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7	1,3,7,9	1,7,9		
Vacsora	Citromos tea 5 dl-, Húshasché - FP, Paradicsomos burg.főzelék - FP	Citromos tea 5 dl-, Sajtmártás, Húsgombóc (zsemlés) - FP	Citromos tea 5 dl-, Tejbenrizs kakaósz. - FP	Citromos tea 5 dl-, Karfiolfőzelék püré - FP, Párolt vagdalt - FP	Citromos tea 5 dl-, Darált hús (csirkemell) - FP, Finomfőzelék püre - FP	Citromos tea 5 dl-, Tejbendara - FP, Málnaszörp	Citromos tea 5 dl-, Tejbenrizs kakaósz. - FP	
	Energia: 580,77 Kcal / 2 427,62 KJ	Energia: 566,46 Kcal / 2 367,80 KJ	Energia: 461,07 Kcal / 1 927,27 KJ	Energia: 447,16 Kcal / 1 869,13 KJ	Energia: 419,87 Kcal / 1 755,06 KJ	Energia: 475,55 Kcal / 1 987,80 KJ	Energia: 461,07 Kcal / 1 927,27 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	25,78 g 15,52 g 3,34 g	35,06 g 27,29 g 13,82 g	11,26 g 4,63 g 2,53 g	20,75 g 17,90 g 3,09 g	29,64 g 10,23 g 1,59 g	14,45 g 4,41 g 2,04 g	11,26 g 4,63 g 2,53 g	
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	





Nógrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVÁNY: 1870

NÓGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

	83,44 g	27,99 g	4,78 g	43,18 g	20,00 g	2,21 g	92,76 g	44,98 g	0,22 g	51,77 g	20,00 g	3,24 g	51,28 g	20,00 g	2,67 g	93,41 g	29,99 g	0,34 g	92,76 g	44,98 g	0,22 g
	1,9,(7)		1,3,7		7,(1)		1,7		1,7		1,7		7,(1)								

Szöllősiné Zeke Judit
.....
Élelmezési osztályvezető

Ildzsáné Ipacs Ildikó
.....
Dietetikus

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !!!!





Nőgrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVÁNY: 1870

NŐGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00039) Diabétesz - 180 gr- Felnőtt	Reggeli	DIAB tea 1 liter, Soproni felvágott, Telj.kiörl. kenyér- 1sz. Diab., Pritamin paprika	DIAB tea 1 liter, Afr.harcsa pást.zöldf.50gr, Telj.kiörl. kenyér- 1sz. Diab., Zöldpaprika kg- Friss	DIAB tea 1 liter, Telj.kiörl. kenyér- 1sz. Diab., Csirkem. sonka - Kedvenc	DIAB tea 1 liter, Sertés párizsi- Pásztor, Telj.kiörl. kenyér-1sz. Diab., Pritamin paprika	DIAB tea 1 liter, Telj.kiörl. kenyér- 1sz. Diab., Kígyóuborka-Friss, Főtt virsli-Baromfi virsli	DIAB tea 1 liter, Zala felvágott Kométa, Pritamin paprika, Telj.kiörl. kenyér-1sz. Diab.	DIAB tea 1 liter, Csirke pást. , Telj.kiörl. kenyér- 1sz. Diab., Pritamin paprika
		Energia: 274,64 Kcal / 1 148,00 KJ	Energia: 329,90 Kcal / 1 378,98 KJ	Energia: 207,23 Kcal / 866,22 KJ	Energia: 266,68 Kcal / 1 114,72 KJ	Energia: 371,63 Kcal / 1 553,41 KJ	Energia: 153,23 Kcal / 640,50 KJ	Energia: 300,10 Kcal / 1 254,42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,19 g 11,54 g 4,44 g	10,14 g 16,39 g 1,24 g	12,69 g 3,24 g 0,94 g	10,19 g 11,04 g 4,24 g	15,69 g 17,09 g 6,37 g	5,19 g 1,04 g 0,24 g	10,05 g 14,86 g 5,44 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
	28,80 g 0,15 g 1,84 g	32,25 g 0,15 g 1,59 g	28,80 g 0,15 g 1,94 g	29,05 g 0,15 g 1,89 g	28,81 g 0,15 g 2,60 g	27,80 g 0,15 g 0,84 g	28,40 g 0,15 g 1,58 g	
	1,6,15	1,4,15	1,15	1,15	1,15	1,15	1,6,15,(10)	
	Tízórai	Korpás zsemle 50gr., Tej 2 dl	Kifli korpás 54gr, Kockasajt 17,5gr 40%	Tej 2 dl, Kifli korpás 54gr	Korpovit keksz 4 db, Tej 2 dl	Kifli korpás 54gr, Tejeskávé- DIAB 2 dl	Tej 2 dl, Korpás zsemle 50gr.	Tej 2 dl, Korpovit keksz 2 db
		Energia: 161,30 Kcal / 674,23 KJ	Energia: 101,65 Kcal / 424,90 KJ	Energia: 166,44 Kcal / 695,72 KJ	Energia: 185,29 Kcal / 774,51 KJ	Energia: 168,97 Kcal / 706,29 KJ	Energia: 161,30 Kcal / 674,23 KJ	Energia: 141,17 Kcal / 590,09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,75 g 3,23 g 1,73 g	3,37 g 2,64 g 1,51 g	9,05 g 3,24 g 1,64 g	9,69 g 5,70 g 1,90 g	9,10 g 3,24 g 1,64 g	8,75 g 3,23 g 1,73 g	8,24 g 4,35 g 1,76 g
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
23,53 g 0,00 g 0,53 g	15,44 g 0,00 g 0,38 g	24,56 g 0,00 g 0,55 g	22,66 g 1,20 g 0,27 g	25,19 g 0,00 g 0,63 g	23,53 g 0,00 g 0,53 g	16,63 g 0,60 g 0,27 g		
1,7	1,7	1,7	7	1,7,15	1,7	7		
Ebéd	Palócleves 19évestől, Káposztás kocka - DIAB	Csontleves -N, Sertéspörkölt-KV, Tökfőzelék Normál	Burgonyapüré - DIAB, Fóliás hús - KV, Csemege uborka*, Karalábéleves - Normál	Májgaluska. -19 évtől, Zöldborsóf.- N.19 évtől, Köményes sült- Normál	Pulyka rizottó Diab., BrokkolikréMLEVES -N	Burgonyafőzelék - Normál, Zöldségleves -N.19 évtől, Sült kolbász- N.19 évtől	Reszeltt.-leves -N- 19évtől, Tészta k. szarv.diab, Csikós tokány-Normál	
	Energia: 548,14 Kcal / 2 291,23 KJ	Energia: 558,42 Kcal / 2 334,20 KJ	Energia: 529,56 Kcal / 2 213,56 KJ	Energia: 635,35 Kcal / 2 655,76 KJ	Energia: 454,74 Kcal / 1 900,81 KJ	Energia: 659,54 Kcal / 2 756,88 KJ	Energia: 602,38 Kcal / 2 517,95 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	22,35 g 24,60 g 3,72 g	27,42 g 28,79 g 4,36 g	28,23 g 23,97 g 2,79 g	39,81 g 28,51 g 2,52 g	27,43 g 19,77 g 3,27 g	17,31 g 40,90 g 7,33 g	28,51 g 29,90 g 5,74 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		





Nőgrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVÁNY: 1870

NŐGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

	61,18 g	0,00 g	3,09 g	48,44 g	0,00 g	4,65 g	48,21 g	0,00 g	4,58 g	52,15 g	0,00 g	3,09 g	46,60 g	0,00 g	4,10 g	58,50 g	0,00 g	3,27 g	55,31 g	0,00 g	5,32 g
	1,3,7			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9			1,7			1,3,6,7,9			1,3,7,9		
Uzsonna	Alma 1 db (20 dkg)-DIAB.			Piskótatekercs - DIAB			Alma 1 db (20 dkg)-DIAB.			Rétes (Almás) diab. 1 db			Alma 1 db (20 dkg)-DIAB.			Alma 1 db (20 dkg)-DIAB.			Alma 1 db (20 dkg)-DIAB.		
	Energia: 69,58 Kcal / 290,84 KJ			Energia: 98,90 Kcal / 413,40 KJ			Energia: 69,58 Kcal / 290,84 KJ			Energia: 202,90 Kcal / 848,12 KJ			Energia: 69,58 Kcal / 290,84 KJ			Energia: 69,58 Kcal / 290,84 KJ			Energia: 69,58 Kcal / 290,84 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
	0,80 g	0,80 g	0,00 g	4,01 g	2,56 g	0,50 g	0,80 g	0,80 g	0,00 g	3,07 g	11,34 g	4,87 g	0,80 g	0,80 g	0,00 g	0,80 g	0,80 g	0,00 g	0,80 g	0,80 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
14,00 g	0,00 g	0,00 g	16,46 g	0,00 g	0,06 g	14,00 g	0,00 g	0,00 g	21,30 g	0,00 g	0,09 g	14,00 g	0,00 g	0,00 g	14,00 g	0,00 g	0,00 g	14,00 g	0,00 g	0,00 g	
	1,3			1,3			1,3,15			1,3,15			1,3			1,3			1,3		
Vacsora	DIAB tea 5 dl, Korpás zsemle 50gr., Kefir-150g-Egri-3,5%, Csemege turista-Kedvenc			Korpás zsemle 50gr., Sertés párizsi-Pásztor, Jégcsapretek-Friss, DIAB tea 5 dl			DIAB tea 5 dl, Formázott pulyka szelet-Kinga, Korpás zsemle 50gr., Jégcsapretek-Friss			DIAB tea 5 dl, Olasz felvágott, Korpás zsemle 50gr.			DIAB tea 5 dl, Korpás zsemle 50gr., Kefir-150g-Egri-3,5%, Jégcsapretek-Friss			DIAB tea 5 dl, Korpás zsemle 50gr., Mozzarella s. Chepke, Kígyóborka-Friss			DIAB tea 5 dl, Korpás zsemle 50gr., Csemege turista-Kedvenc, Edámi sajt 0,03-40%Milram		
	Energia: 285,51 Kcal / 1 193,43 KJ			Energia: 314,48 Kcal / 1 314,53 KJ			Energia: 257,52 Kcal / 1 076,43 KJ			Energia: 316,13 Kcal / 1 321,42 KJ			Energia: 293,05 Kcal / 1 224,95 KJ			Energia: 290,41 Kcal / 1 213,91 KJ			Energia: 287,81 Kcal / 1 203,05 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
	11,09 g	5,97 g	3,69 g	16,85 g	10,73 g	4,30 g	20,56 g	2,17 g	0,76 g	12,06 g	11,22 g	4,50 g	17,09 g	6,02 g	3,69 g	14,06 g	7,37 g	3,60 g	13,56 g	7,62 g	5,07 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44,49 g	0,01 g	0,84 g	41,15 g	0,01 g	1,83 g	42,01 g	0,01 g	1,84 g	39,81 g	0,01 g	1,79 g	45,59 g	0,01 g	0,84 g	39,96 g	0,01 g	2,52 g	38,84 g	0,01 g	1,20 g	
	1,7,15			1,15			1,15,(6),(7)			1,6,15			1,7,15			1,7,15			1,7,15		
Pótétkezés	Korpás zsemle 50gr., trappista sajt 0,02g -40%			Korpás zsemle 50gr., Edámi sajt 0,04- 40% Milram			Korpás zsemle 50gr., Edámi sajt 0,04- 40% Milram			Korpás zsemle 50gr., Edámi sajt 0,04- 40% Milram			Korpás zsemle 50gr., Trappista sajt 0,03g-40%			Korpás zsemle 50gr., Joghurt 3,5% 150g natúr-Egri			Korpás zsemle 50gr., Kefir-150g-Egri-3,5%		
	Energia: 140,43 Kcal / 587,00 KJ			Energia: 188,35 Kcal / 787,30 KJ			Energia: 188,35 Kcal / 787,30 KJ			Energia: 188,35 Kcal / 787,30 KJ			Energia: 178,53 Kcal / 746,26 KJ			Energia: 122,74 Kcal / 513,05 KJ			Energia: 155,03 Kcal / 648,03 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
	7,49 g	5,85 g	3,67 g	11,95 g	9,43 g	6,46 g	11,95 g	9,43 g	6,46 g	11,95 g	9,43 g	6,46 g	10,26 g	8,66 g	5,46 g	6,75 g	2,33 g	1,60 g	6,98 g	5,48 g	3,49 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13,25 g	0,00 g	0,62 g	12,97 g	0,00 g	0,82 g	12,97 g	0,00 g	0,82 g	12,97 g	0,00 g	0,82 g	13,41 g	0,00 g	0,80 g	19,83 g	0,00 g	0,26 g	18,61 g	0,00 g	0,32 g	
	1,7			1,7			1,7			1,7			1,7			1,7			1,7		





Nógrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVA: 1870

NÓGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

Szöllősiné Zeke Judit
.....
Élelmezési osztályvezető

Ildzsáné Ipacs Ildikó
.....
Dietetikus

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !!!!





Nőgrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVA: 1870

NŐGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00005) Könnyű- vegyes Felnőtt	Reggeli	Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Pritamin paprika, Soproni felvágott	Afr.harcsa pást.zöldf.50gr, Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Edámi sajt 0,02-40%Milram	Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Kárpáti szalámi, trappista sajt 0,02g -40%	Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Kockasajt 17,5gr 40%, Királyi sonka-Sertés	Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Főtt virsli-Baromfi virsli, Citromos tea 5 dl-, Mini mustár- 15ml	Zala felvágott Kométa, Pritamin paprika, Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-	Csirke pást. , Telj.kiőrl.kenyér-1sz. N., Citromos tea 5 dl-, Pritamin paprika
		Energia: 378,51 Kcal / 1 582,17 KJ	Energia: 486,03 Kcal / 2 031,61 KJ	Energia: 586,64 Kcal / 2 452,16 KJ	Energia: 335,42 Kcal / 1 402,06 KJ	Energia: 485,96 Kcal / 2 031,31 KJ	Energia: 257,10 Kcal / 1 074,68 KJ	Energia: 403,97 Kcal / 1 688,59 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,91 g 11,68 g 4,48 g	15,26 g 20,98 g 4,46 g	20,95 g 30,30 g 13,35 g	15,53 g 4,78 g 2,18 g	16,58 g 17,93 g 6,86 g	5,91 g 1,18 g 0,28 g	10,77 g 15,00 g 5,48 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	53,37 g 20,14 g 1,98 g	55,34 g 20,14 g 2,01 g	54,64 g 20,14 g 3,34 g	53,85 g 20,14 g 2,53 g	54,03 g 20,14 g 3,12 g	52,37 g 20,14 g 0,98 g	52,97 g 20,14 g 1,72 g	
	1,6	1,4,7	1,7	1,7	1,10,(12)	1	1,6,(10)	
	Ebéd	Palócleves 19évestől, Darásmetélt +s.barackiz..	Csontleves -N, Tökfőzelék Normál, Sertéspörkölt-KV	Roston sült cs.mell-normál, Burgonyapüré , Csemege uborka* , Karalábéleves - Normál	Májgaluska. -19 évtől, Sárgarépa-főzelék -Normál, Rántott párizsi	Csemege uborka* , Rizseshús-Normál , Brokkolikrémeleves -N	Burgonyafőzelék - Normál, Sült kolbász-N.19 évtől, Tarhonyaleves-Normál	Reszeltt.-leves -N-19évtől, Tészta köret szarvacska, Csikós tokány-Normál
		Energia: 946,70 Kcal / 3 957,21 KJ	Energia: 558,42 Kcal / 2 334,20 KJ	Energia: 616,90 Kcal / 2 578,64 KJ	Energia: 1 062,99 Kcal / 4 443,30 KJ	Energia: 634,30 Kcal / 2 651,37 KJ	Energia: 716,67 Kcal / 2 995,68 KJ	Energia: 761,62 Kcal / 3 183,57 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		28,10 g 35,84 g 4,88 g	27,42 g 28,79 g 4,36 g	37,03 g 20,00 g 6,99 g	24,52 g 75,80 g 13,99 g	29,77 g 25,83 g 3,93 g	18,43 g 43,58 g 8,61 g	33,71 g 30,78 g 5,98 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
129,39 g 29,97 g 3,07 g	48,44 g 0,00 g 4,65 g	71,62 g 0,00 g 5,83 g	71,17 g 0,00 g 4,19 g	74,87 g 0,00 g 6,63 g	65,65 g 0,00 g 5,39 g	87,31 g 0,00 g 5,35 g		
1,7,(3),(12)	1,3,7,9	1,3,7	1,3,7,9	1,7	1,3,6,7	1,3,7,9		
Uzsonna	Alma 1 db-Normál	Pöttyös túró rudi	Alma 1 db-Normál	Rétes almás	Cornexi-almás-pirosgy. müzli	Pöttyös túró rudi	Alma 1 db-Normál	
	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 107,42 Kcal / 449,02 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 368,21 Kcal / 1 539,12 KJ	Energia: 66,75 Kcal / 279,02 KJ	Energia: 107,42 Kcal / 449,02 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
	0,40 g 0,40 g 0,00 g	2,90 g 5,30 g 4,50 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	5,61 g 18,68 g 8,07 g	0,90 g 1,30 g 0,60 g	2,90 g 5,30 g 4,50 g	0,40 g 0,40 g 0,00 g	
	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
7,00 g 0,00 g 0,00 g	12,00 g 11,00 g 0,02 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g	15,10 g 1,60 g 0,00 g	12,00 g 11,00 g 0,02 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g	7,00 g 0,00 g 0,00 g		





Nógrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVA: 1870

NÓGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		42,93 g			5,00 g			0,11 g														
		6,7,(8)			1,3			6,7,(8)														
Vacsora		Citromos tea 5 dl-, Kifli korpás 54gr, Kefir-150g- Egri-3,5%, Trappista sajt 0,04g-40%			Citromos tea 5 dl-, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Sertés párizsi-Pásztor, Kockasajt 17,5gr 40%			Citromos tea 5 dl-, Formázott pulyka szelet-Kinga, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Joghurt 3,5% 150g natúr-Egri			Citromos tea 5 dl-, Olasz felvágott, Korpás zsemle 50gr., Bebó Vitelma35%- 20g marg., trappista sajt 0,02g -40%			Citromos tea 5 dl-, Kefir-150g- Egri-3,5%, Kifli korpás 54gr, Trappista sajt 0,03g-40%			Citromos tea 5 dl-, Mozzarella s. Chepke, Bebó Vitelma35%- 20g marg., Rozsos cipó-2sz.KV			Citromos tea 5 dl-, Csemege turista-Kedvenc, Rozsos cipó - 2 szelet-N., Edámi sajt 0,04-40% Milram		
		Energia: 604,11 Kcal / 2 525,18 Kj			Energia: 470,98 Kcal / 1 968,70 Kj			Energia: 439,02 Kcal / 1 835,10 Kj			Energia: 582,48 Kcal / 2 434,77 Kj			Energia: 566,02 Kcal / 2 365,96 Kj			Energia: 532,01 Kcal / 2 223,80 Kj			Energia: 449,37 Kcal / 1 878,37 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25,40 g	17,51 g	10,57 g	12,89 g	13,41 g	5,79 g	20,07 g	4,51 g	2,25 g	19,65 g	22,08 g	9,37 g	22,63 g	14,70 g	8,79 g	19,61 g	17,06 g	7,00 g	16,77 g	10,21 g	6,65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	82,17 g	20,00 g	1,90 g	72,35 g	20,00 g	2,48 g	78,62 g	20,00 g	2,39 g	73,05 g	20,00 g	2,41 g	82,01 g	20,00 g	1,72 g	72,73 g	20,00 g	4,30 g	69,66 g	20,00 g	1,89 g	
	1,7			1,7			1,7,(6)			1,6,7			1,7			1,7			1,7			

Szöllősiné Zeke Judit
.....
Élelmezési osztályvezető

Ildzsáné Ipacs Ildikó
.....
Dietetikus

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !!!!





Nőgrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVA: 1870

NŐGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00014) Epekímélő	Reggeli	Citromos tea 1 liter-Normál, Zsemle palóc 50gr, Szendvics szelet-Kinga	Citromos tea 1 liter-Normál, mini Dzsem-S.barack 25g, Zsemle palóc 50gr, Bebó Vitelma35%- 20g marg.	Citromos tea 1 liter-Normál, Zsemle palóc 50gr, Csirkem. sonka -Kedvenc	Citromos tea 1 liter-Normál, Kifli palóc 44gr, Bebó Vitelma35%- 20g marg., Sertés párizsi-Pásztor	Citromos tea 1 liter-Normál, Félbarna kenyér-2szelet N., Sertés párizsi-Pásztor, trappista sajt 0,02g -40%	Citromos tea 1 liter-Normál, Zsemle palóc 50gr, Bebó Vitelma35%- 20g marg., Csirkem. sonka -Kedvenc	Citromos tea 1 liter-Normál, Zsemle palóc 50gr, Sertés párizsi Pick
		Energia: 419,71 Kcal / 1 754,39 KJ	Energia: 525,25 Kcal / 2 195,55 KJ	Energia: 468,30 Kcal / 1 957,49 KJ	Energia: 552,71 Kcal / 2 310,33 KJ	Energia: 603,47 Kcal / 2 522,50 KJ	Energia: 512,80 Kcal / 2 143,50 KJ	Energia: 522,87 Kcal / 2 185,60 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,94 g 1,10 g 0,47 g	8,19 g 5,89 g 1,60 g	15,69 g 3,08 g 1,10 g	11,81 g 16,74 g 6,00 g	19,15 g 16,59 g 7,89 g	15,69 g 8,08 g 2,30 g	13,69 g 10,38 g 4,30 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	91,05 g 40,02 g 1,10 g	106,95 g 55,75 g 1,10 g	91,95 g 40,00 g 2,20 g	86,62 g 40,00 g 1,81 g	94,12 g 40,00 g 2,86 g	91,95 g 40,00 g 2,20 g	91,60 g 40,00 g 2,15 g	
	1,(7)	1,(7)	1,(7)	1,(7)	1,7	1,(7)	1,6,(7)	
	Ebéd	Vizes burgonyapüré - EK, Párolt sárgarépa (mirelit), Zellerkrémleves - EK, Roston sült cs.mell-normál	Csontleves - EK, Félbarna kenyér - 1 szelet, Tökfőzelék - EK, Párolt sertésszelet - EK	Zöldségleves - EK, Fóliáshús - KV, Párolt rizs, Almabefőtt	Sárgarépa-főzelék - EK, Zöldségleves - EK, Köményes sült-Normál	Almabefőtt, Rizseshús - EK, Köményleves - EK	Burgonyafőzelék - EK, Fóliáshús -EK, Zöldségleves - EK	Reszeltészta-leves EK, Párolt rizs, Párolt sárgarépa (mirelit), Roston sült cs.mell-normál
		Energia: 524,01 Kcal / 2 190,36 KJ	Energia: 628,08 Kcal / 2 625,37 KJ	Energia: 705,55 Kcal / 2 949,20 KJ	Energia: 444,64 Kcal / 1 858,60 KJ	Energia: 699,51 Kcal / 2 923,95 KJ	Energia: 465,84 Kcal / 1 947,21 KJ	Energia: 732,54 Kcal / 3 062,02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
33,93 g 13,74 g 4,70 g		31,64 g 24,78 g 1,44 g	29,67 g 20,02 g 0,97 g	25,82 g 18,18 g 0,74 g	40,10 g 25,87 g 6,22 g	26,84 g 16,05 g 0,46 g	37,20 g 19,54 g 5,40 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
64,93 g 0,00 g 4,17 g	67,43 g 0,00 g 4,70 g	99,31 g 7,30 g 3,49 g	41,57 g 0,00 g 3,48 g	75,50 g 14,60 g 5,42 g	51,15 g 0,00 g 3,97 g	101,08 g 0,00 g 4,70 g		
1,9	1,3	1,3	1,3	1,(7)	1,3	1,3,9		
Vacsora								





Nógrád Vármegyei Szent Lázár Kórház
ALAPÍTVA: 1870

NÓGRÁD VÁRMEGYEI SZENT LÁZÁR KÓRHÁZ

Élelmezési osztály

Cím: 3100 Salgótarján, Füleki út 54-56. „KONYHA” ép.
Tel.: 32/310-961 Gyorshívó: 2274

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap														
(00014) Epekímélő	Vacsora	Kifli palóc 44gr, Bebó Vitelma35%- 20g marg., Citromos tea 5 dl- Kefir-150g- Egri- 3,5%	Citromos tea 5 dl- Zsemle palóc 50gr, Sertés párizsi-Pásztor, Bebó Vitelma35%- 20g marg.	Citromos tea 5 dl- Zsemle palóc 50gr, Királyi sonka-Sertés, Bebó Vitelma35%- 20g marg.	Citromos tea 5 dl- Szendvics szelet- Kinga, Zsemle palóc 50gr	Citromos tea 5 dl- Kefir-150g- Egri- 3,5%, Kockasajt 17,5gr 40%, Kifli palóc 44gr	Citromos tea 5 dl- Zsemle palóc 50gr, Joghurt 3,5% 150g natúr-Egri, Mozzarella sajt 0,03/hajdúsági	Citromos tea 5 dl- Zsemle palóc 50gr, Bebó Vitelma35%- 20g marg., mini Dzsem-S.barack 25g														
		Energia: 447,99 Kcal / 1 872,60 KJ	Energia: 490,19 Kcal / 2 048,99 KJ	Energia: 422,79 Kcal / 1 767,26 KJ	Energia: 337,65 Kcal / 1 411,38 KJ	Energia: 435,76 Kcal / 1 821,48 KJ	Energia: 480,45 Kcal / 2 008,28 KJ	Energia: 443,19 Kcal / 1 852,53 KJ														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,76 g	11,97 g	5,39 g	13,11 g	15,86 g	5,60 g	16,61 g	7,06 g	2,00 g	8,86 g	1,08 g	0,47 g	12,88 g	9,37 g	5,69 g	20,41 g	9,56 g	5,20 g	8,11 g	5,87 g	1,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
71,03 g	20,00 g	0,82 g	72,18 g	20,00 g	2,15 g	70,93 g	20,00 g	2,55 g	71,03 g	20,02 g	1,10 g	72,51 g	20,00 g	0,92 g	78,13 g	20,00 g	2,84 g	86,93 g	35,75 g	1,10 g		
1,7			1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)				

Szöllősiné Zeke Judit
.....
Élelmezési osztályvezető

Ildzsáné Ipacs Ildikó
.....
Dietetikus

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !!!!

