



"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025 hétfő	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Grillezett csirkemell	666.22	159.38	22.53	6.92	0.92	1.57	0.24	0.39		
			Petrezselymes rizs	869.93	208.12	3.89	4.60	0.53	37.53	0.00	0.29		
			Fahéjas szilvaleves	929.59	222.39	2.17	4.13	2.07	43.53	36.89	0.05	 	
			Bajor káposzta kész	250.88	60.02	1.61	4.11	1.60	3.46	0.26	0.18		
			Összesen:	2 716.62	649.91	30.20	19.76	5.12	86.09	37.39	0.91		
12/2/2025 kedd	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Burgonyaleves magyaros isk	901.36	215.64	4.11	11.33	2.49	23.81	0.44	0.20	 	
			Zöldborsófőzelék	1 803.18	431.38	20.10	13.08	2.68	57.37	9.99	0.53	 	
			Sült virsli isk	853.97	204.30	8.75	18.64	5.89	0.14	0.00	0.35		
			Narancs	103.87	24.85	0.36	0.12	0.00	5.10	0.00	0.00		
			Összesen:	3 662.38	876.17	33.32	43.17	11.06	86.42	10.43	1.08		
12/3/2025 szerda	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Galuska köret isk	2 100.31	502.47	17.82	10.07	1.82	84.55	0.00	0.10	 	
			Zöldségkrém leves	980.44	234.56	3.97	17.16	4.79	15.84	0.56	0.83	    	
			Marhapörkölt	1 367.69	327.20	23.91	17.00	1.70	6.19	0.00	0.27		
			Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
			Tökmag	257.67	61.64	3.39	5.15	0.00	0.36	0.00	0.00		
			Összesen:	4 793.36	1 146.74	49.33	49.62	8.31	111.14	0.56	1.21		





"A" menü összetétel, részletes menü

12/4/2025 csütörtök (00484)	Gyermek (15-18 év)	E	Tarhonyaleves	869.98	208.13	4.74	9.05	2.04	26.31	0.41	0.17	 	
			Rakott káposzta isk	2 129.18	509.37	17.03	33.65	10.99	33.99	0.40	1.22	 	
			Összesen:	2 999.16	717.50	21.77	42.70	13.03	60.30	0.81	1.39		
12/5/2025 péntek (00484)	Gyermek (15-18 év)	E	Tejberizs szórattal isk	2 322.65	555.66	17.16	9.29	4.98	100.19	21.98	0.00		
			Hamisgulyás isk	1 350.97	323.20	6.69	17.68	4.09	33.76	0.51	0.62	  	
			Összesen:	3 673.62	878.86	23.85	26.97	9.07	133.95	22.49	0.62		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

