



"B" menü összetételi lista, részletes menü

Tételes étlap 2025.12.15. - 2025.12.21.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/15/2025 hétfő (00707)	SEK "B" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Körteleves	576.39	137.89	1.86	4.59	2.28	22.01	14.99	0.05	 	
			Sertéspörkölt	1 752.14	419.17	18.34	36.13	9.91	4.62	0.00	0.70		
			Petrezselymes burgonya	1 008.43	241.25	5.00	6.34	0.73	40.00	0.00	0.22		
		Összesen:	3 336.96	798.31	25.20	47.06	12.92	66.63	14.99	0.97			
12/16/2025 kedd (00707)	SEK "B" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Zöldborsóleves	728.27	174.23	7.06	5.46	0.68	24.10	0.27	0.70	 	
			Olaszos csirkemell isk	1 584.73	379.12	39.30	21.12	5.50	7.51	4.36	0.20		
			Jázmin rizs	952.94	227.98	3.06	7.43	0.85	36.42	0.00	0.20		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
Összesen:	3 461.92	828.22	50.12	34.31	7.03	77.83	4.63	1.10					





"B" menü összetételi lista, részletes menü

12/17/2025 szerda (00707)		SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)									
E	Sajtleves	288.12	68.93	1.37	4.75	1.06	5.21	0.19	0.15	  	
	Levesgyöngy	460.08	110.07	1.67	7.63	0.93	8.55	0.00	0.21	  	
	Gyros	893.78	213.82	25.87	7.47	1.19	3.77	0.01	0.23		
	Görög saláta	203.62	48.71	1.59	3.04	1.01	2.63	0.32	0.72		
	Sült burgonya	665.35	159.18	3.13	4.89	0.56	25.00	0.00	0.11		
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
	Összesen:	2 656.36	635.50	34.03	28.18	4.75	52.16	0.52	1.43		
12/18/2025 csütörtök (00707)		SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)									
E	Csurgatott tojásleves	541.12	129.45	3.26	9.03	1.27	8.63	0.00	0.10	 	
	Vadas marha	1 269.14	303.62	16.04	16.15	3.29	15.42	3.40	0.10	   	
	Tészta köret	1 850.76	442.76	15.00	9.90	1.36	72.90	0.10	0.01		
	Összesen:	3 661.02	875.83	34.30	35.08	5.92	96.95	3.50	0.21		





"B" menü összetételi lista, részletes menü

12/19/2025 péntek (00707) SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Csirkeragu leves	721.77	172.67	16.16	6.99	1.91	10.29	2.69	0.42		
		Vargabéles	2 472.00	591.39	22.10	21.71	6.99	75.93	32.89	0.07		
		Összesen:	3 193.77	764.06	38.26	28.70	8.90	86.22	35.58	0.49		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

