



"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2026.01.05. - 2026.01.11.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/5/2026 hétfő	(00484) Gyermek (15-18 év)	E	Csontleves tésztabetéttel isk	390.89	93.51	4.46	2.81	0.43	12.89	0.58	0.13		
			Lencsefőzelék	3 216.96	769.61	42.18	20.77	4.77	102.59	3.00	0.63		
			Sült virsli isk	853.97	204.30	8.75	18.64	5.89	0.14	0.00	0.35		
			Összesen:	4 461.82	1 067.42	55.39	42.22	11.09	115.62	3.58	1.11		
1/6/2026 kedd	(00484) Gyermek (15-18 év)	E	Marhapörkölt	1 367.69	327.20	23.91	17.00	1.70	6.19	0.00	0.27		
			Zeller krémleves	600.78	143.73	3.00	10.73	2.89	8.38	0.00	0.39		
			Tarhonya köret isk	1 825.64	436.76	15.30	13.78	1.88	62.36	0.00	0.59		
			Tökmag	257.67	61.64	3.39	5.15	0.00	0.36	0.00	0.00		
			Mandarin	117.59	28.13	0.42	0.18	0.00	5.88	0.00	0.00		
			Összesen:	4 169.37	997.46	46.02	46.84	6.47	83.17	0.00	1.25		
1/7/2026 szerda	(00484) Gyermek (15-18 év)	E	Rizi-bizi	1 595.04	381.59	9.41	9.84	1.14	63.42	0.05	0.11		
			Reszelt csirkemáj isk	836.68	200.16	16.60	12.38	2.23	5.34	0.00	0.54		
			Pulykaragu leves	1 131.46	270.68	17.32	13.11	2.80	20.54	0.58	0.52		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	1.14	0.30		
			Összesen:	3 597.70	860.69	43.69	35.39	6.17	90.86	1.77	1.47		





"A" menü összetétel, részletes menü

1/8/2026 csütörtök (00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Tört burgonya	1 400.87	335.14	6.25	11.64	1.33	50.00	0.00	0.52		
		Karfiollevés	818.29	195.76	5.48	11.55	2.97	17.39	0.07	0.70	 	
		Banán	394.89	94.47	1.17	0.09	0.00	21.78	0.00	0.05		
		Svéd húsgombóc +áfonyalekvár	4 486.23	1 073.26	29.24	86.50	23.62	35.91	14.76	0.46	     	
		Összesen:	7 100.28	1 698.63	42.14	109.78	27.92	125.08	14.83	1.73		
1/9/2026 péntek (00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Zöldés ges rizottó sajttal	1 205.48	288.39	10.99	7.13	3.16	44.66	0.26	0.68		
		Daragaluska leves	929.92	222.47	7.11	11.66	2.69	22.12	1.05	0.21	    	
		Összesen:	2 135.40	510.86	18.10	18.79	5.85	66.78	1.31	0.89		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

