



"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2026.01.26. - 2026.02.01.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/26/2026 hétfő	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Burgonyapüré	1 444.35	345.54	9.67	8.90	3.10	55.33	0.03	0.24		
			Sárgaborsó leves isk	1 048.39	250.81	10.89	9.47	3.50	30.21	0.00	0.33		
			Vagdalt	2 315.04	553.84	15.66	43.57	8.64	23.96	1.26	0.78		
			Vegyes vágott savanyúság	49.90	11.94	0.66	0.12	0.00	2.04	0.00	0.53		
			Összesen:	4 857.68	1 162.13	36.88	62.06	15.24	111.54	1.29	1.88		
1/27/2026 kedd	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.00		
			Finomfőzelék	1 876.20	448.85	13.88	14.71	2.94	64.07	9.99	0.01		
			Csirkeragu leves	721.77	172.67	16.16	6.99	1.91	10.29	2.69	0.42		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	3 312.93	792.56	36.74	26.60	6.09	98.80	12.68	0.49		
1/28/2026 szerda	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Újházi tyúkhúsleves	1 428.89	341.84	39.10	9.23	2.21	25.15	0.53	0.51		
			Mákos metélt isk	3 079.80	740.72	23.15	23.89	4.76	106.43	30.87	0.11		
			Összesen:	4 508.69	1 082.56	62.25	33.12	6.97	131.58	31.40	0.62		





"A" menü összetétel, részletes menü

1/29/2026 csütörtök (00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Húsgombóc	1 078.54	258.02	12.61	14.65	5.19	18.82	0.06	0.59		
		Paradicsommártás	1 640.88	392.55	6.68	12.88	1.56	62.00	39.97	0.20		
		Daragaluska leves	557.95	133.48	4.27	7.00	1.62	13.27	0.63	0.13	   	
		Alma	87.25	20.87	0.24	0.24	0.00	4.20	0.00	0.01		
		Főtt burgonya	783.89	187.53	5.00	0.40	0.05	40.00	0.00	0.12		
		Összesen:	4 148.51	992.45	28.80	35.17	8.42	138.29	40.66	1.05		
1/30/2026 péntek (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	 	
		Káposztás kocka	2 215.30	533.51	18.51	15.11	2.04	78.82	5.00	0.21		
		Összesen:	3 116.66	749.15	22.62	26.44	4.53	102.63	5.44	0.41		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

