



## "B" menü összetétele lista, részletes menü

### Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/20/2026 hétfő (00707)	SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E Lencseleves	1 067.85	255.47	11.24	10.68	3.21	28.46	2.05	0.60		
		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	0.10	0.20		
		Összesen:	3 605.52	862.57	53.60	39.23	9.56	72.39	6.51	1.00		
4/21/2026 kedd (00707)	SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E Polenta galuska leves	770.41	184.31	3.23	9.78	0.83	20.96	0.00	0.61		
		Chilis bab	1 754.02	419.62	30.82	13.14	2.99	43.78	10.26	0.43		
		Tortilla chips	19 207.44	4 595.08	76.80	224.40	25.62	561.60	0.00	1.00		
		Alma	145.41	34.78	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	21 877.28	5 233.79	111.25	247.72	29.44	633.34	10.26	2.05		





## "B" menü összetételi lista, részletes menü

4/22/2026 szerda (00707)		SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)										
E	Almás sütőtök krémleves	904.06	216.28	2.37	14.76	4.92	18.19	0.86	0.21			
	Grillezett csirkemell	666.22	159.38	22.53	6.92	0.92	1.57	0.24	0.39			
	Bulgur	1 145.34	274.01	8.63	4.65	0.59	53.28	0.00	0.23			
	Mandarin	195.98	46.88	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00			
	Összesen:	2 911.60	696.55	34.23	26.63	6.43	82.84	1.10	0.83			
4/23/2026 csütörtök (00707)		SEK "B" (15 - 19 év eg. nap. étk.)										
E	Francia hagymaleves	1 344.92	321.75	8.73	18.97	11.31	28.18	0.22	0.41			
	Vadas marha	1 269.14	303.62	16.04	16.15	3.29	15.42	3.40	0.40			
	Tészta köret	1 850.76	442.76	15.00	9.90	1.36	72.90	0.10	0.01			
	Összesen:	4 464.82	1 068.13	39.77	45.02	15.96	116.50	3.72	0.82			





## "B" menü összetételi lista, részletes menü

4/24/2026 péntek (00707) SEK "B" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Karfiolleves	818.29	195.76	5.48	11.55	2.97	17.39	0.07	0.70	 	
		Sült sertéskaraj	191.02	45.70	0.24	4.77	0.58	0.53	0.00	0.30	  	
		Dijoni mustáros szósz	266.37	63.72	0.94	5.26	1.22	3.03	0.62	0.29	  	
		Basmati rizs	1 557.27	83.93	5.90	10.18	1.31	63.88	0.00	0.22		
		Összesen:	2 832.95	389.11	12.56	31.76	6.08	84.83	0.69	1.51		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

