



"A" menü összetételi lista, részletes menü

Tételes étlap 2026.09.14 - 2026.09.20													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 09. 14. hétfő	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Pirított csirke	573,43	137,18	26,71	2,95	0,30	0,74	0,00	0,24		
			Húsleves főtt hússal	1 968,48	470,93	26,29	30,17	10,50	23,05	0,54	0,52		
			Tökfőzelék	1 281,11	306,49	6,93	15,80	4,23	33,60	0,00	0,06		
			Összesen:	3 823,02	914,60	59,93	48,92	15,03	57,39	0,54	0,82		
2026. 09. 15. kedd	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Zöldbableves	695,05	166,28	4,96	7,41	0,96	19,74	0,05	0,59		
			Bolognai spagetti	2 279,58	545,35	34,64	20,07	8,07	55,88	5,49	0,57		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 120,04	746,42	40,00	27,88	9,03	82,62	5,54	1,17		
2026. 09. 16. szerda	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Párolt rizs	1 356,12	324,43	6,55	4,96	0,59	63,09	0,02	0,20		
			Póréhagyma krémleves	351,74	84,15	3,05	1,17	0,44	15,08	1,28	0,37		
			Napraforgómag, hántolt	487,33	116,59	4,49	9,80	0,00	2,47	0,00	0,00		
			Őszibarackkal sült pulyka mell	2 102,00	502,87	32,11	26,42	8,44	33,41	25,76	0,50		
			Körte	132,91	31,80	0,24	0,18	0,00	7,20	0,00	0,00		
			Összesen:	4 430,10	1 059,84	46,44	42,53	9,47	121,25	27,06	1,07		





"A" menü összetételi lista, részletes menü

2026. 09. 17. csütörtök (00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Sertésragu leves	1 575,69	376,96	17,19	23,18	6,20	24,45	0,76	0,44		
		Serpenyős burg.kolbásszal	2 443,96	584,68	18,16	31,42	9,24	55,29	0,27	0,59		
		Kovászos uborka	28,60	6,84	0,58	0,06	0,02	0,99	0,99	0,53		
		Összesen:	4 048,25	968,48	35,93	54,66	15,46	80,73	2,02	1,56		
2026. 09. 18. péntek (00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Vegyes gyümölcsleves	891,95	213,39	2,29	4,26	2,07	40,51	24,98	0,05		
		Panírozott halrudak isk	1 039,84	248,77	9,30	14,78	1,06	18,20	0,00	1,00		
		Párolt rizs	1 356,12	324,43	6,55	4,96	0,59	63,09	0,02	0,20		
		Tartármárt/kész majonézből/isk	1 161,25	277,81	1,32	28,48	5,53	3,68	2,00	0,06		
		Összesen:	4 449,16	1 064,40	19,46	52,48	9,25	125,48	27,00	1,31		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

