



"B" 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
9/14/2026 hétfő	(00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Karfiollevés	494.26	118.24	3.24	7.06	0.86	10.43	0.08	0.30		
			Sült hagyma	1 550.50	370.93	2.61	32.69	3.76	15.92	1.87	0.00		
			Dijoni mustáros, zöldséges mar	1 131.91	270.79	14.12	18.80	5.81	10.69	4.38	0.71		
			Steak burgonya	1 472.19	352.20	7.60	8.03	0.92	60.80	0.00	0.33		
			Összesen:	4 648.86	1 112.16	27.57	66.58	11.35	97.84	6.33	1.34		
9/15/2026 kedd	(00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Erdei gyümölcsleves	814.14	194.77	2.50	2.14	1.95	40.40	22.85	0.10		
			Mozz.val, par.mal sült pulykam	1 237.48	296.05	22.05	23.04	6.80	2.42	0.85	0.32		
			Jázmin rizs	952.94	227.98	3.06	7.43	0.85	36.42	0.10	0.20		
			Alma	145.41	34.78	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 149.97	753.58	28.01	33.01	9.60	86.24	23.80	0.63		





"B" menü összetételi lista, részletes menü

9/16/2026 szerda (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Minestrone leves	1 190.25	284.75	3.30	22.13	6.43	16.33	0.81	0.25		
		Párizsi bundában sült csirkeme	1 052.07	251.69	31.70	11.15	1.63	5.88	0.21	0.59		
		Tojásos rizsköret	1 550.14	370.85	9.16	9.14	1.40	62.54	0.00	0.10		
		Körte	221.51	52.99	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.00		
		Összesen:	4 013.97	960.28	44.56	42.72	9.46	96.75	1.02	0.94		
9/17/2026 csütörtök (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	E	Sült burgonya	1 330.70	318.35	6.25	9.78	1.12	50.00	0.00	0.22		
		Kók.tejes, citr. ázsiai zöldsé	745.73	151.82	3.93	10.75	5.67	16.28	1.93	0.75		
		Sajtburger	1 597.51	382.18	28.44	12.38	5.02	38.61	4.19	1.73		
		Összesen:	3 673.94	852.35	38.62	32.91	11.81	104.89	6.12	2.70		





"B" menü összetételi lista, részletes menü

9/18/2026 péntek (00702) SEK "A" (15 - 19 év eg. nap. étk.)	E	Sültpaprika krémleves	575.65	137.72	2.18	9.63	3.08	9.72	3.51	0.14		
		Grillezett csirkemell	666.22	159.38	22.53	6.92	0.92	1.57	0.24	0.39		
		Reszelt sajt isk	621.77	148.75	11.08	11.24	7.14	0.64	0.64	0.21		
		Paradicsomos tortellini	2 379.17	568.34	24.86	16.25	0.47	77.28	7.41	0.48		
		Összesen:	4 242.81	1 014.19	60.65	44.04	11.61	89.21	11.80	1.22		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

