



"A" menü összetételi lista, részletes menü

Tételes étlap 2026.09.28 - 2026.10.04													
	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. 28. hétfő	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Sütőtökös burgonyapüré	1 265,85	302,83	6,54	11,93	4,79	41,88	0,00	0,26		
			Vegyes gyümölcsleves	891,95	213,39	2,29	4,26	2,07	40,51	24,98	0,05		
			Grillezett csirkemell	666,22	159,38	22,53	6,92	0,92	1,57	0,24	0,39		
			Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	1,14	0,30		
			Összesen:	2 858,54	683,86	31,72	23,17	7,78	85,52	26,36	1,00		
2026. 09. 29. kedd	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E	Burgonya krémleves	737,06	176,33	2,95	11,09	3,63	15,86	0,04	0,61		
			Sertéssült	733,05	175,37	17,06	11,13	2,84	1,52	0,00	0,27		
			Lencsefőzelék	3 216,96	769,61	42,18	20,77	4,77	102,59	3,00	0,63		
			Tökmag	515,34	123,29	6,78	10,30	0,00	0,72	0,00	0,00		
			Szilva	176,16	42,14	0,49	0,12	0,00	9,17	0,00	0,01		
			Összesen:	5 378,57	1 286,74	69,46	53,41	11,24	129,86	3,04	1,52		
2026. 09. 30. 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		
			Pulykaragu	865,67	207,10	19,81	13,59	3,51	1,13	0,00	0,28		
			Tarhonyaleves	869,98	208,13	4,39	9,05	2,04	26,31	0,51	0,17		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 237,18	774,45	31,15	28,00	6,14	97,53	0,53	0,66		





"A" menü összetételi lista, részletes menü

2026. 10. 01. csütörtök (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Húsgaluska leves	1 277,85	305,70	17,93	16,05	5,54	22,02	1,32	0,57		
		Morzsás nudli	3 457,32	827,11	23,08	4,69	0,62	168,98	27,36	0,14		
		Baracklekvár	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
		Összesen:	4 976,83	1 190,62	41,11	20,74	6,16	205,26	42,94	0,71		
2026. 10. 02. péntek (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Paradicsom leves	1 053,42	252,01	5,73	7,77	0,95	39,45	23,01	0,28		
		Gránátos kocka isk	2 902,99	698,42	20,74	23,95	3,08	97,68	0,00	0,61		
		Összesen:	3 956,41	950,43	26,47	31,72	4,03	137,13	23,01	0,89		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

