"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/5/2026 hétfő	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Csontleves tésztabetéttel isk	390.89	93.51	4.46	2.81	0.43	12.89	0.58	0.13		
			Sült virsli isk	853.97	204.30	8.75	18.64	5.89	0.14	0.00	0.35		
			Lencsefőzelék	3 216.96	769.61	42.18	20.77	4.77	102.59	3.00	0.63		
			Összesen:	4 461.82	1 067.42	55.39	42.22	11.09	115.62	3.58	1.11		
10/6/2026 kedd	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Zeller krémleves	600.78	143.73	3.00	10.73	2.89	8.38	0.00	0.39		
			Tarhonya köret isk	1 825.64	436.76	15.30	13.78	1.88	62.36	0.00	0.22		
			Sertéspörkölt	1 752.14	419.17	18.34	36.13	9.91	4.62	0.68	0.51		
			Tökmag	257.67	61.64	3.39	5.15	0.00	0.36	0.00	0.00		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
			Összesen:	4 632.21	1 108.19	40.73	66.09	14.68	85.52	0.68	1.12		
10/7/2026 szerda	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Rizi-bizi	1 595.04	381.59	9.41	9.84	1.14	63.42	0.05	0.11		
			Resztelt csirkemáj isk	836.68	200.16	16.60	12.38	2.23	5.34	0.51	0.54		
			Pulykaragu leves	1 131.46	270.68	17.32	13.11	2.80	20.54	0.58	0.52		
			Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	1.14	0.30		
			Összesen:	3 597.70	860.69	43.69	35.39	6.17	90.86	2.28	1.47		

"A" menü összetétel, részletes menü

10/8/2026 csütörtök	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Tört burgonya	1 400.87	335.14	6.25	11.64	1.33	50.00	0.00	0.52	
			Karfiolleves	818.29	195.76	5.48	11.55	2.97	17.39	0.07	0.50	
			Meggymártás mir. isk	1 129.44	270.20	4.39	4.95	2.15	50.34	21.48	0.05	
			Körte	132.91	31.80	0.24	0.18	0.00	7.20	0.00	0.00	
			Natúr csirkemell	676.75	161.90	25.40	4.77	0.70	4.15	0.00	0.49	
			Összesen:	4 158.26	994.80	41.76	33.09	7.15	129.08	21.55	1.56	
10/9/2026 péntek	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Cseresznye leves	933.95	223.43	1.36	4.30	2.03	43.93	24.98	0.05	
			Rántott sajt	3 459.50	827.63	33.51	52.91	18.41	53.37	2.64	0.50	
			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:	6 910.82	1 653.30	42.74	90.65	26.56	164.07	29.64	0.81	

....

Élelmezési osztályvezető

Vezető dietetikus