"B" menü összétételi lista, 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	(00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	**E**	Zöldbableves	695.05	166.28	4.96	7.41	0.96	19.74	0.05	0.40		
			Burgundi marha	1 289.58	308.51	17.00	21.98	7.28	9.96	0.92	0.60		
			Tészta köret	1 850.76	442.76	15.00	9.90	1.36	72.90	0.10	0.01		
			Összesen:	3 835.39	917.55	36.96	39.29	9.60	102.60	1.07	1.01		
10/6/2026 kedd	(00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	**E**	Gomba krémleves	680.95	162.91	9.43	10.90	5.44	6.60	0.17	0.42		
			Sült sertéskaraj	191.02	45.70	0.24	4.77	0.58	0.53	0.00	0.30		
			Párolt káposzta isk	657.19	157.22	2.57	9.62	1.10	14.49	5.00	0.10		
			Hagymás tört burgonya	1 363.79	326.27	6.49	9.80	1.12	51.66	0.00	0.13		
			Mandarin	195.98	46.88	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
			Összesen:	3 088.93	738.98	19.43	35.39	8.24	83.08	5.17	0.95		

"B" menü össztételi lista, részletes menü

10/7/2026 szerda	SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.) (00702)	**E**	Marhahús leves	333.79	79.85	2.16	4.84	0.54	6.60	0.41	0.45	
			Bolognai spagetti	2 279.58	545.35	34.64	20.07	8.07	55.88	5.49	0.57	
			Összesen:	2 613.37	625.20	36.80	24.91	8.61	62.48	5.90	1.02	

"B" menü összétételi lista, részletes menü

10/8/2026 csütörtök (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	**E**	Zöldségleves	304.65	72.88	1.82	3.01	0.37	9.41	0.21	0.59		
		Grillezett csirkemell	666.22	159.38	22.53	6.92	0.92	1.57	0.24	0.39		
		Cukkínis rakott burgonya	1 495.46	357.77	9.18	9.91	4.42	57.07	1.02	0.47		
		Körte	221.51	52.99	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.00		
		Összesen:	2 687.84	643.02	33.93	20.14	5.71	80.05	1.47	1.45		
10/9/2026 péntek (00702) SEK "A" (15 - 19év eg. nap. étk.)	**E**	Eperkrém leves	883.30	211.32	1.39	6.50	3.39	36.18	28.15	0.12		
		Pulykasült isk	851.84	203.79	16.43	15.04	3.35	0.44	0.00	0.53		
		Ratatuille	776.83	185.84	5.73	7.16	0.73	23.38	1.39	0.36		
		Burgonyakrokett	2 735.66	654.46	6.18	42.59	5.63	60.83	0.00	0.15		
		Összesen:	5 247.63	1 255.41	29.73	71.29	13.10	120.83	29.54	1.16		

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus