"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/12/2026 hétfő	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Zöldségkrém leves	980.44	234.56	3.97	17.16	4.79	15.84	0.66	0.53		
			Csirkepaprikás isk	1 270.60	303.97	26.95	17.95	3.92	8.36	0.53	0.41		
			Galuska köret isk	2 100.31	502.47	17.82	10.07	1.82	84.55	0.00	0.10		
			Káposzta saláta	158.97	38.03	1.83	0.28	0.03	6.73	0.00	0.49		
			Kukoricapehely (corn flakes)	173.10	41.41	0.46	0.98	0.44	7.59	0.00	0.00		
			Összesen:	4 683.42	1 120.44	51.03	46.44	11.00	123.07	1.19	1.53		
10/13/2026 kedd	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Gulyásleves	1 938.62	463.78	20.40	24.93	7.62	38.64	0.74	0.62		
			Zöldbabfőzelék	1 379.73	330.08	10.02	19.29	5.14	28.37	0.00	0.69		
			Csiberopogós	687.72	164.52	14.14	6.47	1.07	12.21	0.65	0.72		
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Összesen:	4 357.09	1 042.36	45.60	50.77	13.83	98.58	1.39	2.07		
10/14/2026 szerda	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Vegyes gyümölcsleves	891.95	213.39	2.29	4.26	2.07	40.51	24.98	0.05		
			Serpenyős burg.kolbásszal	2 443.96	584.68	18.16	31.42	9.24	55.29	0.27	0.59		
			Céklasaláta, csemege szeletelt	159.23	38.09	0.79	0.06	0.00	8.35	8.33	0.12		
			Összesen:	3 495.14	836.16	21.24	35.74	11.31	104.15	33.58	0.76		

"A" menü összetétel, részletes menü

10/15/2026 csütörtök	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Tésztaleves	239.19	57.22	2.46	0.53	0.17	10.58	0.00	0.59
			Sült csirkecomb	1 029.42	246.27	25.21	15.53	2.63	1.12	0.00	0.39
			Párolt rizs	1 356.12	324.43	6.55	4.96	0.59	63.09	0.02	0.20
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01
			Összesen:	2 770.14	662.71	34.62	21.42	3.39	81.79	0.02	1.19
10/16/2026 péntek	(00484) Gyermek (15-18 év)	**E**	Fejtett bableves	1 575.47	376.91	15.56	20.86	6.56	31.85	0.49	0.59
			Túrós metélt isk	2 646.17	636.98	28.37	24.77	8.88	73.41	2.22	0.31
			Összesen:	4 221.64	1 013.89	43.93	45.63	15.44	105.26	2.71	0.90

. . . . . .
Élelmezési osztályvezető

. . . . . .
Vezető dietetikus