



Tételes étlap 2025.07.14. - 2025.07.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 07. 14. hétfő	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Szel.Trap.sajt	466,33	111,56	8,31	8,43	5,36	0,48	0,00	0,73		
			Rozsos kenyér	506,50	121,17	3,30	0,40	0,05	25,00	0,25	0,75		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
		E	Legényfogó leves(papr.) I*	744,76	178,17	12,93	9,23	2,42	10,49	0,41	0,64		
			Túrós batyu isk	2 664,48	637,44	24,70	17,18	8,08	95,79	22,33	0,51		
		U	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
			Összesen:	5 816,53	1 391,51	58,66	45,94	20,59	176,04	26,63	4,15		
2025. 07. 15. kedd	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Sonkaszalámi	109,10	26,10	3,36	0,84	0,33	1,29	0,15	0,84		
			Zsemle	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	1,84	0,77		
			Kápia paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Tarhonyaleves I*	601,36	143,87	4,16	5,59	0,61	19,46	0,27	0,95		
			Vagdalt (Stefania) I*	1 550,62	370,96	16,45	28,31	7,60	12,05	0,16	1,18		
			Zöldbabfőzelék I*	927,82	221,97	7,77	9,72	2,75	25,26	1,22	0,82		
			Korpás Kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,16	0,70		





2025. 07. 15	(00482)	U	Briós cukor nélkül 100g	1 446,28	346,00	8,30	8,00	3,60	66,00	12,00	0,75		
			Összesen:	6 268,55	1 499,66	52,54	59,17	16,73	190,66	15,80	6,13		
2025. 07. 16. szerda	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,04	0,18		
			Kifli, korpás	681,34	163,00	5,70	1,08	0,47	30,99	1,88	0,90		
			TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		E	Karalábéleves (piros) I*	384,79	92,06	2,30	4,69	0,52	9,94	0,00	0,92		
			Borsos tokány I*	906,91	216,96	17,62	13,97	3,16	4,91	0,00	0,96		
			Tészta köret orsó I*	1 424,47	340,78	12,00	6,43	0,92	58,32	0,00	0,89		
		U	Őszibarack	242,89	58,11	1,20	1,50	0,00	9,00	0,00	0,01		
			Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
			Összesen:	4 618,35	1 098,99	44,38	41,63	10,20	134,49	1,92	3,98		
2025. 07. 17. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Torrero szalámi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Magvas kenyér	638,50	152,75	4,70	2,45	0,20	27,00	0,00	0,85		
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Csontleves tésztabetéttel I*	270,40	64,69	3,19	1,40	0,20	9,81	0,00	1,14		
			Brassói aprópecsenye suil*	2 555,90	611,46	28,64	27,28	5,08	60,98	0,00	1,42		





2025. 07. 17.	(00482) Gyermek (7-10 év)	E	Tzatziki saláta *I	248,31	59,40	2,15	2,88	1,86	6,09	3,30	2,45		
		U	Pogácsa Tepertős	1 956,24	468,00	11,68	26,86	12,49	42,27	2,31	2,99		
			Összesen:	5 897,27	1 410,83	50,66	65,90	21,23	146,66	5,61	8,98		
2025. 07. 18. péntek	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Körözött túró	230,74	55,20	6,12	3,00	1,95	1,14	0,11	0,30		
			Kifli, graham	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76		
		E	Sajtgombóc leves I*	595,59	142,48	5,58	7,16	1,72	13,55	0,00	0,90		
			Csőben sült cs.melles zölds.*I	2 156,64	515,94	34,53	21,60	7,76	46,52	0,69	2,24		
			Görögdinnye	260,21	62,25	1,00	0,40	0,00	13,00	0,00	0,02		
		U	Teljes kiőrlésű tökmagos pereg	1 517,34	363,00	10,31	6,87	3,34	55,27	8,94	1,29		
			Összesen:	5 297,47	1 267,33	63,21	41,63	16,26	149,93	9,74	5,51		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

