



Tételes étlap 2025.01.27. - 2025.02.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 27. hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Szárnyasmájkrém 65g	340,04	81,35	1,78	7,92	0,00	0,06	0,00	0,53		
	Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80		
	Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
	E Kassai burg.leves (sertés) I*	836,00	200,00	11,83	12,82	3,87	8,86	0,79	0,96		
	Szilva tölt. derelye mir I*	2 295,05	549,06	14,06	4,07	0,00	110,39	0,00	1,37		
	Fahéjas porcukor I*	418,07	100,02	0,04	0,03	0,01	24,77	23,98	0,00		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Teljes kiörlésű pizzás csiga	1 613,48	386,00	8,70	15,17	10,83	31,79	3,12	0,66		
Összesen:	6 253,82	1 496,14	42,26	41,29	14,96	209,88	27,89	4,35			
2025. 01. 28. 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		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
	E Karfiol leves I* (fehér)	338,51	80,98	1,33	6,71	0,76	3,67	0,00	1,17		
	Bolognai Szósz I*	1 389,09	301,65	15,53	26,85	7,68	6,75	0,00	0,80		
	Tészta köret spagetti I.	1 371,85	328,19	12,00	5,04	0,76	58,32	0,00	0,89		





2025. 01. 28.	(00482) Gyermek (7-10 év)	E	Trappista sajt, zsíros, félkem	388,61	92,97	6,93	7,03	4,47	0,40	0,00	0,61		
		U	Kuglóf, kakaós	453,95	108,60	2,99	1,42	0,91	18,71	4,91	0,23		
			Összesen:	5 239,81	1 216,99	47,89	53,54	16,39	138,03	5,78	5,00		
2025. 01. 29. szerda	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Sajtkrém félzsíros, ömlesztett	177,75	42,52	1,68	3,25	0,00	1,63	0,75	0,23		
			Kifli, magvas	217,00	51,91	1,30	0,68	0,00	9,66	0,00	0,00		
			Sárgarépa friss	50,44	12,07	0,36	0,06	0,01	2,43	0,00	0,09		
		E	Lebbencsleves I*	536,50	128,35	3,40	4,56	0,61	18,73	0,22	0,90		
			Eszterházi csirkeragu I*	773,75	185,11	20,99	8,97	2,34	4,78	0,66	1,05		
			Bulgur köret I*	1 574,27	376,62	11,10	8,65	1,06	68,55	0,01	0,43		
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
		U	Teljes kiörlésű pudingos táska	1 646,92	394,00	7,82	8,63	5,65	56,16	16,79	0,90		
	Összesen:	5 236,29	1 252,70	47,55	35,10	9,67	174,69	18,43	3,61				
2025. 01. 30. csütörtök	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Csirkemell sonka	105,34	25,20	5,55	0,24	0,06	0,24	0,12	0,78		
			Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kaliforniai paprika	38,70	9,26	0,30	0,09	0,01	1,81	0,00	0,00		
		E	Húsgombóclevés I*	710,78	170,04	5,28	12,80	2,67	8,18	0,02	1,02		
			Grill virsli I*	1 049,93	251,18	12,00	22,78	6,32	0,10	0,00	1,90		





2025. 01. 30. csütörtök	(00482) Gyermekek (7-10 év)	E Babfőzelék I*	1 460,25	349,34	19,35	6,54	0,77	52,88	0,00	0,80		
		Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
		U Krémtúró vanillás 90g	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04		
		Összesen:	4 859,12	1 162,47	58,02	56,96	16,04	102,74	8,46	5,15		
2025. 01. 31. péntek	(00482) Gyermekek (7-10 év)	T Mogorókrém	671,58	160,67	1,95	9,30	0,00	17,10	14,40	0,00		
		Kukoricás kenyér	679,25	162,50	5,68	0,71	0,19	32,47	0,84	0,88		
		E Zöldborsóleves I*	457,28	109,40	4,53	4,07	0,44	13,41	0,01	0,85		
		Rántott csmell lenmagos I*	1 242,27	297,19	25,08	12,52	1,58	20,73	0,00	1,13		
		Petrezselymes burg.eh. I*	1 039,01	248,57	5,84	6,04	0,68	42,52	0,00	0,81		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98		
		U Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50		
		Összesen:	5 693,63	1 362,12	50,40	50,72	9,79	170,36	23,26	7,15		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietaetikus

.....
Gazdaságvezető

