



Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 17. hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Margarín, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Ínyenc sonka	128,10	30,65	4,92	0,72	0,27	1,05	0,00	0,66		
	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,18	32,20	0,60	0,97		
	E Tarhonyaleves I*	601,36	143,87	4,16	5,59	0,61	19,46	0,12	0,95		
	Chilis bab I*	2 417,43	554,24	23,87	31,56	8,32	49,00	0,00	4,82		
	Graham kenyér	662,53	158,50	7,17	1,06	0,28	26,89	0,43	0,75		
	U Almás linzer	1 040,82	249,00	3,40	7,33	3,42	39,65	18,91	0,23		
Összesen:	5 740,58	1 349,26	49,29	52,03	14,48	168,25	20,06	8,50			
2025. 02. 18. kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	T Margarín, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Szel. gouda sajt (kg)	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61		
	Zsemle rozsos	1 060,05	253,60	8,75	1,40	0,41	49,28	0,87	1,18		
	E Jókai bableves I*	1 805,92	432,04	19,48	22,82	7,82	33,40	0,78	2,58		
	Gránátos kocka I*	2 084,32	498,64	14,93	12,28	1,58	81,10	0,00	1,30		
	Vegyes vágott savanyúság	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		





2025. 02. 19. szerda		2025. 02. 20. csütörtök									
2025. 02. 18	00482	U Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46	
		Összesen:	7 260,53	1 736,97	58,92	58,75	21,99	217,43	8,25	6,98	
2025. 02. 19. szerda	(00482) Gyermek (7-10 év)	T Körözött túró	230,74	55,20	6,12	3,00	1,95	1,14	0,39	0,30	
		Kifli, teljes kiörlésű	524,30	125,43	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		E Fahéjas Szilvaleves I*	566,88	135,62	0,85	0,05	0,01	32,09	14,02	0,09	
		Pulykarizottó I*	1 107,30	264,91	21,14	15,30	3,35	10,20	0,00	2,11	
		Trappista sajt, zsíros, félkem	388,61	92,97	6,93	7,03	4,47	0,40	0,00	0,61	
		U Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01	
		Összesen:	4 226,82	1 005,33	50,37	30,37	12,20	114,86	22,06	4,68	
2025. 02. 20. 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	
		Párizsi sajtos, baromfi	300,64	71,92	3,90	5,70	2,11	1,17	0,00	0,58	
		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 Karalábéleves (piros) I*	384,79	92,06	2,30	4,69	0,52	9,94	0,00	0,92	
		Sertés pörkölt I*	1 168,79	279,62	14,57	23,62	6,97	3,61	0,30	1,36	
		Tökfőzelék I*	799,49	191,27	5,02	7,45	2,52	25,44	2,42	0,88	





2025. 02. 20.	(00482) Gyermek (7-10 év)	E	Kenyér teljes kiörlésű, szel.	485,21	116,08	4,63	0,61	0,04	23,44	0,00	0,49		
		U	Teljes kiörlésű sajtos csomó	1 559,14	373,00	9,99	6,26	3,49	59,02	9,82	0,85		
			Összesen:	4 949,94	1 184,21	40,71	53,42	17,06	124,43	12,54	5,20		
2025. 02. 21. péntek	(00482) Gyermek (7-10 év)	T	Tojáskrém I*	210,92	50,46	2,77	3,97	1,04	0,43	0,00	0,42		
			Tönköly kenyér	518,32	124,00	4,95	0,65	0,25	23,00	0,00	0,80		
			Jégcsap retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		
		E	Zabgaluskás leves I*	417,13	99,79	4,22	1,94	0,24	15,86	0,03	0,44		
			Rántott halfilé lenmagos I*	1 315,27	314,66	27,71	12,98	2,17	21,50	0,00	1,36		
			Zelleres Burgonyap. I*	1 149,55	275,01	7,73	5,97	2,69	46,54	0,00	0,67		
		U	Tejberizs kis poharas 150g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	Összesen:	4 549,06	1 088,29	54,34	30,54	9,79	144,59	25,03	4,29				

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

