

Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
3/30/2026 hétfő	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T	Forralt tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27 7	
				Ízes táská	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	1
			E	Brokkolikrémleves	571,36	136,69	4,82	11,89	2,08	8,68	0,05	0,51	1,7
				Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10	1,3,7
				Grill csirkemell	577,18	138,08	15,75	5,97	0,76	5,05	0,00	0,61	1
				Tejszínes fokhagymás tészta	1 249,31	298,88	10,22	4,72	1,61	53,60	0,07	0,59	1,3
			U	Pick viaszos borjúmáj	109,52	26,20	2,00	4,40	2,00	0,36	0,00	0,42	(1),(6),(7),(10)
				Korpás zsemle	501,60	120,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
				Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
				Összesen:	3 654,73	874,33	45,97	34,58	8,61	107,19	0,12	2,07	
3/31/2026 kedd	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T	Gyümölcs tea	154,83	37,04	0,01	0,00	0,00	9,15	8,99	0,00	
				Diák csemege	184,88	44,23	1,75	4,10	1,57	0,03	0,00	0,00	(1),(6),(7)
				Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
				Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84	1
			E	Erdei gyümölcsleves	486,39	84,89	2,57	3,18	1,56	19,08	6,97	0,19	1,7
				Rántott sertésborda	1 579,04	377,76	20,22	21,36	3,98	25,72	0,00	1,17	1,3
				Párolt jázmin rizs	1 093,18	261,53	4,80	6,12	0,71	46,50	0,00	0,80	
				Francia saláta	445,66	106,62	1,78	8,23	1,49	7,49	1,12	1,27	3,7,10,(1),(12)
			U	Trappista sajt	259,00	61,96	5,20	4,60	2,80	0,02	0,32	0,20	7,(1)
				Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
				Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
				Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
				Összesen:	5 706,38	1 333,35	45,47	59,09	14,11	160,01	17,60	5,23	
4/1/2026 szerda	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T	Gyümölcs tea	154,83	37,04	0,01	0,00	0,00	9,15	8,99	0,00	
				Snidlinges tojáskrém	262,55	62,81	1,65	6,11	1,43	0,53	0,00	0,57	3,10,(7),(12)
				Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84	1
			E	Sonkagombóc leves	460,01	110,05	6,63	5,22	1,70	8,95	0,02	1,86	1,3
				Sárgarépás sütemény	836,29	200,07	3,88	6,09	0,84	32,17	16,23	0,33	1,3
				Narancsos joghurtos öntet	467,08	60,61	4,12	1,37	0,79	19,82	11,99	0,13	7
			U	Sajtos croissant	1 266,86	0,00	6,89	19,08	9,30	25,59	0,00	0,58	1,3,7
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
				Összesen:	4 343,14	684,82	29,00	40,57	14,42	135,33	37,43	4,33	
4/2/2026 csütörtök	(0120)		E	Tavaszi szünet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Összesen:	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
4/3/2026 péntek	(0120)		E	Tavaszi szünet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Összesen:	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	