

Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
4/20/2026 hétfő	(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	
			Füstölt sajt	295,53	70,70	5,20	5,40	3,60	0,28	0,34	0,26	7,(1)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
			E Májgaluska leves	906,04	216,76	11,17	9,40	1,52	21,34	0,01	0,43	1,3,9
			Finomfőzelék	939,26	224,70	9,92	5,55	0,81	33,19	4,75	0,73	1,7
			Sült virsli	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Félbarna kenyér	323,10	76,93	3,00	0,24	0,00	15,30	0,00	0,45	1
			U Házi sonkakrém	157,64	37,71	2,88	2,26	1,16	1,55	0,00	0,50	7,(1),(6)
			Teljes kiőrlésű zsemle	1 086,80	260,00	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1
			Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Összesen:	4 669,40	1 115,80	42,66	27,87	7,82	131,32	14,09	3,85		
4/21/2026 kedd	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T Citromos tea	70,31	16,82	0,01	0,00	0,00	4,13	4,00	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
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E Szilvaleves	517,14	92,25	1,96	3,13	1,53	21,41	10,53	0,12	1,7
			Rakott burgonya	2 062,94	493,52	15,00	28,38	7,82	41,03	0,00	2,00	3,7
			Csemege uborka édesítőszerrel	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	1,14	1,44	10
			U Snidlinges gomolya sajtkrém	247,67	59,25	4,17	4,52	2,76	0,51	0,26	0,30	7,(1)
			Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
					Összesen:	4 489,17	1 042,32	32,58	47,83	15,02	121,34	16,13
4/22/2026 szerda	(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
			Lekvár	206,81	49,48	0,20	0,00	0,00	12,00	12,00	0,02	(12)
			Vaj	310,16	74,20	0,04	8,20	5,87	0,05	0,00	0,01	7
			Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
			E Zöldséges karfiollevés	292,78	70,04	2,85	2,21	0,24	9,57	0,05	0,55	1
			Vadas csirkeragu	994,80	237,99	14,85	12,29	2,71	16,57	5,69	0,78	1,7,10,(12)
			Tészta köret	1 134,14	271,33	8,68	4,29	0,49	49,17	0,00	0,56	1,3
			U Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,00	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Korpás zsemle	501,60	120,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
			Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	4 922,10	1 176,63	47,51	41,30	13,97	153,05	17,74	3,78		
4/23/2026 csütörtök	(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	
			Padlizsánkrém	289,73	69,31	0,48	4,77	0,60	1,23	0,00	0,60	3,10,(1),(7)
			Magvas kenyér	826,58	197,75	8,64	3,43	0,00	32,85	0,00	1,19	1
			E Csontleves zöldséggel	127,78	30,57	1,17	0,23	0,02	6,54	0,07	0,54	1,3,9
			Paradicsom mártás	533,10	127,54	2,38	5,50	0,60	17,41	11,78	0,69	1
			Húsgombóc	1 226,62	293,45	14,23	15,59	5,42	23,71	0,00	0,14	3
			Főtt burgonya	589,38	141,00	3,75	0,30	0,00	27,60	0,00	0,51	
			U Sertés párizsi	240,68	57,58	2,70	4,58	1,84	0,12	0,00	0,42	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Hosszú zsemle	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	1
			Jégcsapretek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
		Összesen:	4 687,83	1 121,32	39,28	40,92	10,64	139,65	20,84	5,01		
4/24/2026 péntek	(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	
			Főtt tojás	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3
			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
			Csemege uborka édesítőszerrel	11,51	2,75	0,12	0,02	0,00	0,52	0,38	0,48	10
			E Tárkonyos halgaluskaleves	2,50	0,60	0,03	0,01	2,54	0,09	0,02	0,57	1,3,4,7,9
			Lecsós sertésszelet	749,93	179,41	13,32	11,48	2,48	5,46	2,00	1,63	
			Jázmin rizs	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,00	
			U Túrós táska	300,80	71,96	2,49	1,38	0,00	11,84	0,00	0,00	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
					Összesen:	3 986,83	953,61	31,70	29,59	7,57	206,04	16,18