

Tételes étlap 2025.04.28. - 2025.05.04.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
4/28/2025 hétfő	(00120) Iskolás menü 7-10 éves											
		T	Vanília ízű tej	455,10	108,87	6,82	3,02	1,64	13,48	2,68	0,30	1,7
			Vaj	310,16	74,20	0,04	8,20	5,87	0,05	0,00	0,01	7
			Retro kifli	753,71	0,00	6,20	0,46	0,17	37,62	0,00	0,68	1
		E	Csontleves tésztabetéttel	769,88	184,18	7,38	0,79	0,11	37,45	0,04	0,92	1,3,9
			Rántott halrudacska sütőben	1 240,23	296,71	11,14	27,59	2,98	17,47	0,58	0,84	
			Rizi-bizi	1 587,77	379,85	8,60	5,92	0,68	72,55	0,00	1,98	
			Tartár mártás	773,57	185,06	0,97	21,16	3,95	1,61	0,50	0,09	3,7,10,(1),(12)
		U	Turista felvágott	133,90	32,03	4,24	1,64	0,58	0,04	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
			Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	6 685,92	1 419,00	50,94	73,47	16,72	205,04	3,80	5,52	
4/29/2025 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	
			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	
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
		E	Tavaszi zöldségleves	543,64	130,06	3,03	6,19	0,71	16,51	0,08	0,62	1,3,9
			Rakott kelkáposzta bulgarral	1 866,60	446,55	20,65	28,19	9,34	27,89	0,00	0,83	1,7
			Túró rudi	347,00	82,62	4,20	4,20	2,80	9,10	0,00	0,00	
		U	Pick viaszos borjómájás	109,52	26,20	2,00	4,40	2,00	0,36	0,00	0,42	(1),(6),(7),(10)
			Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
			Zöldpaprika	1,64	0,39	0,02	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00	
			Összesen:	4 617,31	1 104,05	41,74	55,17	18,02	115,06	9,19	3,76	
4/30/2025 szerda	(00120) Iskolás menü 7-10 éves											
		T	Kakaó	562,43	134,55	7,36	3,65	2,01	17,91	6,99	0,27	7,(1)
			Fatörzskifli	501,60	120,00	4,72	4,21	1,73	25,94	0,26	0,00	
		E	Gombakrémleves	271,18	64,87	2,11	2,07	1,23	2,75	0,19	0,02	7
			Zöldséges-csirkés tortilla	729,06	174,42	18,78	8,32	1,05	5,58	0,00	0,68	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U	Húskrém	633,69	151,60	3,68	14,76	5,40	0,84	0,00	0,03	(7)
			Teljes kiőrlésű zsemle	1 086,80	260,00	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1
			Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00	
			Összesen:	4 019,42	961,58	41,64	34,24	11,48	83,77	7,44	1,46	