Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
5/12/2025 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
			Kakaós csiga	1 075,00	257,18	3,80	12,30	0,00	30,90	0,00	0,00	
		E	Zöldségleves	805,98	192,82	6,80	3,09	0,38	34,89	0,07	0,93	1,3,9
			Kelkáposzta főzelék	818,22	195,75	6,87	7,66	0,84	23,27	0,00	1,11	1
			Sertés pörkölt	748,12	178,98	15,48	11,09	2,63	3,52	0,00	0,77	1
		U	Pick viaszos borjúmájas	109,52	26,20	2,00	4,40	2,00	0,36	0,00	0,42	(1),(6),(7),(10)
			Teljes kiőrlésű zsemle	1 086,80	260,00	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1
			Zöldpaprika	1,64	0,39	0,02	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00	
			Összesen:	5 051,00	1 208,38	46,04	42,17	7,54	123,02	0,07	3,94	
5/13/2025 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	
			Főtt virsli	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
			Ketchup	136,08	32,56	0,63	0,12	0,00	7,20	7,20	0,65	(1)
		E	Gulyásleves	836,72	200,17	12,74	9,58	2,05	13,96	0,00	0,32	9,(1)
			Tejbedara	1 319,64	315,70	13,49	4,85	2,44	54,15	12,56	0,89	1,7
			Kakaó szórat	361,81	86,56	0,37	0,43	0,26	20,19	19,98	0,00	(1)
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U	Snidlinges gomolya sajtkrém	247,67	59,25	4,17	4,52	2,76	0,51	0,30	0,30	7,(1)
			Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
			Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	4 403,75	1 053,53	41,33	23,82	8,17	162,70	44,16	3,53	
5/14/2025 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	
			Körözött	111,57	26,69	2,48	1,55	0,81	0,67	0,00	0,02	7
			Magvas kenyér	826,58	197,75	8,64	3,43	0,00	32,85	0,00	1,19	1
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
		E	Szilvaleves	471,09	112,70	1,94	1,90	1,18	21,36	9,99	0,11	1,7
			Rakott karfiol bulgurral	2 065,75	494,20	21,13	28,57	8,67	39,44	0,00	0,76	1,7
		U	Gépsonka	83,63	20,01	3,04	0,56	0,22	0,86	0,00	0,56	(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
			Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Összesen:	4 418,71	1 056,94	43,12	42,55	13,05	125,73	18,98	3,53	
5/15/2025 csütörtök	(00120) Iskolás menü 7-10 éves											
		T	Tejeskávé	544,61	130,29	6,83	3,00	1,63	18,84	7,99	0,27	1,7
			Kalács	771,60	184,59	4,56	5,22	1,50	29,10	3,90	0,39	1,3,7
		E	Daragaluska leves	512,23	122,54	3,68	3,98	0,56	17,78	0,00	0,91	1,3
			Tejfölös burgonyafőzelék	1 143,65	273,60	5,40	9,17	1,92	38,49	2,85	0,52	1,7
			Vagdalt	1 408,33	336,92	12,29	29,21	6,92	5,81	0,00	1,24	1,3
		U	Téliszalámi	213,20	51,00	2,30	4,70	1,96	0,05	0,00	0,39	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
			Teljes kiőrlésű zsemle	1 086,80	260,00	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1
			Retek csomós	1,22	0,29	0,02	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	
			Összesen:	5 831,64	1 394,94	39,36	59,80	15,22	129,68	14,74	4,29	
5/16/2025 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	
			Csirkemell sonka	91,12	21,80	3,00	0,90	0,28	0,40	0,08	0,44	
			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
			Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		E	Paradicsom leves	558,39	133,59	2,90	4,78	0,53	19,97	11,12	1,20	1,3
			Almás-sajtos csirkeragu	592,09	141,65	18,58	5,78	1,72	3,31	0,00	1,78	7,(1)
			Bulgur	1 106,95	264,82	8,60	3,72	0,48	53,11	0,00	0,52	1
		U	Kifli	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1
			Kockasajt	310,99	74,40	2,56	5,60	3,60	3,40	0,30	0,28	7,(1)
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			Összesen:	3 869,89	925,64	41,68	27,40	7,64	128,95	20,61	5,22	
5/17/2025 szombat	(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	
			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	
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
			Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		E	Bácskai rizseshús	1 838,07	439,73	18,79	14,50	2,83	57,41	0,00	0,35	
			Csemege uborka édesítőszerrel	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	1,14	1,44	10
			Kinder tejszelet	459,50	0,00	2,56	6,68	2,78	9,75	9,55	0,11	1,3,7
		U	Perec	845,20	202,20	3,64	12,44	0,00	17,28	0,00	0,00	
			Összesen:	4 334,00	926,74	35,79	44,28	9,44	118,92	15,13	3,07	