

Tételes étlap 2025.05.19. - 2025.05.25.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
5/19/2025 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
				Vaj	310,16	74,20	0,04	8,20	5,87	0,05	0,00	0,01	7
				Kakaós kalács	771,60	184,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,3,7
			E	Brokkoli leves	675,27	161,55	5,44	10,75	2,23	15,83	0,02	1,06	1,3,7
				Tejszínes-paradicsomos tonhalas tészta	1 976,76	472,91	19,48	20,35	5,90	52,41	2,04	2,27	1,3
				Reszelt sajt	259,00	61,96	5,20	4,60	2,80	0,02	0,32	0,20	7,(1)
			U	Párizsikrém	171,86	41,12	2,27	3,33	1,09	0,46	0,00	0,27	7,(1),(6),(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:	5 658,81	1 353,78	43,52	50,86	19,58	98,85	2,38	4,52		
5/20/2025 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	
				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	0,12	0,84	1
			E	Zöldséges tarhonya leves	305,80	73,16	2,18	2,36	0,29	10,58	0,00	1,33	9
				Sárgaborsó főzelék	1 218,32	291,46	15,95	6,32	0,80	42,35	0,00	0,51	1
				Vírslipörkölt	718,26	171,83	7,66	14,20	3,78	3,50	0,30	0,59	(1),(6),(7),(10)
				Kukoricás kenyér	329,11	78,74	3,00	0,24	0,09	16,05	0,00	0,61	1
			U	Prágai sonka	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46	(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
				Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
						Összesen:	4 471,92	1 069,66	45,99	38,13	9,02	133,12	9,41
5/21/2025 szerda	(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
			E	Frankfurti leves	594,67	142,26	4,44	6,48	1,63	15,48	0,00	1,05	1,7
				Túrótöltelikes gombóc	1 427,58	341,53	9,81	1,24	0,04	69,99	0,00	5,50	1
				Porcukor szórat	184,62	44,17	0,00	0,00	0,00	10,99	10,99	0,00	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U	Turista felvágott	100,42	24,02	3,18	1,23	0,43	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	
				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:	4 358,12	1 042,26	32,38	25,65	6,90	163,16	15,43	8,37		
5/22/2025 csütörtök	(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	Sajtkrémleves	737,74	176,49	3,71	11,11	2,47	15,27	0,00	0,34	1,3,7
				Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10	1,3,7
				Fejlett babfőzelék	1 267,61	303,26	13,54	9,13	2,65	41,23	1,00	0,51	1,7
				Vagdalt	1 408,33	336,92	12,29	29,21	6,92	5,81	0,00	1,24	1,3
			U	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	
				Korpás zsemle	501,60	120,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
				Jégsaláta	11,30	0,00	0,20	0,01	0,00	0,30	0,00	0,01	
			Összesen:	5 461,77	1 303,76	51,01	66,70	17,26	135,57	8,33	3,60		
5/23/2025 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	
				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	
				Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
				Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E	Zöldborsóleves	1 173,95	280,85	11,27	6,17	0,67	44,59	0,00	0,45	1
				Rántott sertésborda	1 579,04	377,76	20,22	21,36	3,98	25,72	0,00	1,17	1,3
				Petrezselymes burgonya	1 655,14	395,97	11,50	5,58	0,61	69,98	0,00	1,44	
				Cékla saláta	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	11,11	0,98	
			U	Réteges joghurt	694,32	0,00	5,59	5,79	3,13	22,45	15,00	0,49	7,(1)
				Teljes kiőrlésű kifli	838,05	200,49	6,26	1,53	0,13	34,95	0,00	0,96	1
						Összesen:	7 362,82	1 594,43	64,81	49,51	11,04	249,64	35,10