

Tételes étlap 2026.05.18. - 2026.05.24.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
5/18/2026 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	
			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	
			Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
			E Kelkáposzta főzelék	818,22	195,75	6,87	7,66	0,84	23,27	0,00	0,32	1
			Sertés pörkölt	748,12	178,98	15,48	11,09	2,63	3,52	0,00	0,77	1
			Kakaós kevert	1 248,22	298,62	6,97	10,07	3,84	44,49	20,48	0,17	1,3,7
			Házi gyümölcsöntet	142,01	33,97	0,24	0,15	0,00	7,53	4,15	0,00	
			U Pick viaszos borjúmáj	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
			Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Összesen:	5 362,92	1 282,09	47,05	42,97	12,84	138,51	33,94	3,35				
5/19/2026 kedd	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T Gyümölcs ízű joghurt	694,32	0,00	5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49	7,(1)
			Teljes kiőrlésű kifli	838,05	200,49	6,26	1,53	0,13	34,95	0,00	0,96	1
			E Zöldséges karalábéleves	417,82	99,96	2,49	4,97	0,56	11,50	0,02	3,03	1,3
			Királyi csirkemell csíkok	764,60	182,92	19,17	8,39	2,21	4,97	0,00	1,56	1,7
			Jázmin rizs	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,00	
			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	
			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:	5 225,11	1 083,75	47,52	38,48	9,74	167,33	22,47	8,10	
			5/20/2026 szerda	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T Citromos tea	70,31	16,82	0,01	0,00	0,00	4,13
Gyümölcsös túrókrém	240,14	57,45				4,10	1,75	0,95	6,24	5,32	0,01	7
Félbarna kenyér	646,20	153,86				6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
E Csontleves zöldséggel	207,71	49,69				1,86	0,36	0,04	10,44	0,07	0,57	1,3,9
Sóskamártás	706,38	168,99				3,67	8,45	2,19	18,51	9,99	1,04	1,7
Főtt burgonya	589,38	141,00				3,75	0,30	0,00	27,60	0,00	0,51	
Csirke nuggets sütőben	401,96	96,16				10,64	5,60	0,00	0,11	0,00	0,56	
U Kolbászkrém	374,99	89,71				2,98	7,91	2,44	1,99	0,00	0,65	7,(1)
Korpás zsemle	501,60	120,00				5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
Lilahagyma	16,54	3,96				0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00	
Összesen:	3 755,21	897,64				38,47	25,63	5,69	124,73	19,38	4,80	
5/21/2026 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	
			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 Sárgaborsóleves kolbásszal	1 270,31	303,90	13,13	15,00	2,93	29,64	0,01	2,78	1,3
			Sajtos spagetti	1 698,84	406,42	14,55	15,48	5,21	51,78	0,32	0,21	1,7
			Körte	226,49	54,18	0,75	0,23	0,00	10,80	0,00	0,01	
			U Zöldséges szelet	129,58	31,00	1,60	2,40	0,84	0,76	0,26	0,40	
			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
			Zöldpaprika	1,64	0,39	0,02	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00	
			Összesen:	5 108,59	1 221,97	42,61	47,83	12,93	151,94	9,78	5,70	
5/22/2026 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	
			Tonhalkrém	202,75	48,51	3,16	3,80	1,21	0,05	0,00	0,19	7
			Kukoricás kenyér	658,22	157,47	6,00	0,48	0,18	32,10	0,00	1,21	1
			E Meggyleves	700,26	125,56	2,21	4,47	2,05	28,80	16,21	0,52	1,7
			Grill csirkemell	577,18	138,08	15,75	5,97	0,76	5,05	0,00	0,61	1
			Bulgur	1 106,95	264,82	8,60	3,72	0,48	53,11	0,00	0,52	1
			Tejszínes gombamártás	369,70	88,44	3,65	6,45	2,02	3,83	0,00	0,53	
			U Kockasajt	310,99	74,40	2,56	5,60	3,60	3,40	0,30	0,28	7,(1)
			Teljes kiőrlésű kifli	838,05	200,49	6,26	1,53	0,13	34,95	0,00	0,96	1
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			Összesen:	5 137,05	1 186,99	48,80	32,62	10,43	206,189,94	25,50	4,84	