

Tételes étlap 2025.09.08. - 2025.09.14.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
9/8/2025 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	
				Fokhagymás kifli	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76	1
				Kockasajt	310,99	74,40	2,56	5,60	3,60	3,40	0,30	0,28	7,(1)
			E	Csontleves zöldséggel	817,93	195,68	7,77	0,85	0,12	39,74	0,04	0,99	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	Házi sonkakrém	215,52	51,56	2,82	3,86	1,53	1,36	0,00	0,38	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
				Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Összesen:	5 482,12	1 311,52	43,66	34,94	12,82	162,58	21,11	4,20			
9/9/2025 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	
				Gyümölcsös túrókrém	240,14	57,45	4,10	1,75	0,95	6,24	4,60	0,01	7
				Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
			E	Tejfölös káposzta tökfőzelék	667,10	159,59	4,07	6,00	1,72	21,88	4,00	1,64	1,7
				Sertés pörkölt	748,12	178,98	15,48	11,09	2,63	3,52	0,00	0,77	1
				Házi piskóta	625,60	149,67	2,89	5,94	1,40	21,26	12,39	0,30	1,3,7
				Csokoládé öntet	662,39	158,47	4,33	2,51	1,38	29,47	21,77	0,49	1,7
			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	
				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:	4 552,14	1 088,13	44,93	37,02	10,66	141,65	46,76	5,22
9/10/2025 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
				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	Gombaleves friss gombából	843,68	201,84	7,17	7,18	0,84	26,99	0,05	0,79	
				Vadas csirkeragu	994,80	237,99	14,85	12,29	2,71	16,57	5,69	0,78	1,7,10,(12)
				Gnocchi köret	1 115,14	25,18	3,71	11,63	1,79	36,50	0,00	1,07	
			U	Turista felvágott	66,95	16,02	2,12	0,82	0,29	0,02	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
				Zöldpaprika	1,64	0,39	0,02	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00	
		Összesen:	5 161,29	992,98	40,06	47,80	13,87	115,22	5,74	3,61			
9/11/2025 csütörtök	(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	
				Csicseriborsókrém	353,29	84,52	3,16	4,84	0,72	7,84	0,00	0,05	3,7,10,(1),(12)
				Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
			E	Zöldborsóleves	1 173,95	280,85	11,27	6,17	0,67	44,59	0,00	0,45	1
				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	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	
				Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
				Jégsaláta	11,30	0,00	0,20	0,01	0,00	0,30	0,00	0,01	
		Összesen:	5 150,83	1 229,38	42,13	47,96	10,82	151,72	5,34	5,86			
9/12/2025 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	
				Pick viaszos borjúmájás	109,52	26,20	2,00	4,40	2,00	0,36	0,00	0,42	(1),(6),(7),(10)
				Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
				Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E	Őszibarackleves	461,19	80,96	1,53	2,93	1,43	19,31	14,48	1,00	1,7
				Sajtos-tejfölös csirkemell	762,02	182,30	21,77	9,28	3,54	2,71	0,09	1,08	7,(1)
				Rizi-bizi	1 587,77	379,85	8,60	5,92	0,68	72,55	0,00	1,98	
			U	Perec	845,20	202,20	3,64	12,44	0,00	17,28	0,00	0,00	
				Szilva	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
					Összesen:	4 616,24	1 074,99	42,97	37,11	8,02	150,78	23,68	5,32