

Tételes étlap 2025.11.03. - 2025.11.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
11/3/2025 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	
			Zöldfűszeres túrókrém	179,87	43,03	3,18	1,70	0,97	3,67	0,00	0,54	7
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84	1
			E Magyaros karfiolleves	404,32	96,73	2,93	4,24	0,49	12,26	0,04	0,52	1,3
			Tejszínes sonkás penne	1 816,35	434,53	21,24	8,37	2,32	68,56	0,00	2,29	1,3,(6),(7)
			Reszelt sajt	259,00	61,96	5,20	4,60	2,80	0,02	0,32	0,20	7,(1)
			U Kométa Bécsi felvágott	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	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	
			Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50	1
11/4/2025 kedd	(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)
			Vaj	310,16	74,20	0,04	8,20	5,87	0,05	0,00	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	817,93	195,68	7,77	0,85	0,12	39,74	0,02	0,99	1,3,9
			Húsgombóc	1 226,62	293,45	14,23	15,59	5,42	23,71	0,00	0,14	3
			Paradicsom mártás	533,10	127,54	2,38	5,50	0,60	17,41	11,78	0,69	1
			Főtt burgonya	589,38	141,00	3,75	0,30	0,00	27,60	0,00	0,51	
			U Kolbászkrém	374,99	89,71	2,98	7,91	2,44	1,99	0,00	0,65	7,(1)
			Teljes kiőrlésű zsemle	1 086,80	260,00	4,27	0,62	0,06	19,42	0,00	0,44	1
11/5/2025 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	
			Füstölt sajt	295,53	70,70	5,20	5,40	3,60	0,28	0,34	0,26	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	0,20	0,84	1
			E Palócleves marhahúsból	1 027,84	245,90	12,11	8,76	1,64	23,90	0,00	1,05	1,7
			Fahéjas csiga	1 210,65	289,63	9,07	3,22	0,77	55,38	15,98	1,06	1,3,7
			Kukoricás kenyér	329,11	78,74	3,00	0,24	0,09	16,05	0,00	0,61	1
			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	
11/6/2025 csütörtök	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves										
			T Réteges joghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	15,00	0,49	7,(1)
			Kifli	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1
			E Rántott leves	292,37	69,94	1,75	2,96	0,32	8,99	0,00	0,49	1
			Píritott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Finomfőzelék	1 030,79	246,60	10,81	5,62	0,82	37,59	4,75	0,80	1,7
			Grill csirkemell	577,18	138,08	15,75	5,97	0,76	5,05	0,00	0,61	1
			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	
			Korpás zsemle	501,60	120,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1
11/7/2025 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	
			Tonhalkrém	202,75	48,51	3,16	3,80	1,21	0,05	0,00	0,19	7
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84	1
			Kaliforniai paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			E Vegyes gyümölcsleves	638,97	121,39	2,08	3,58	1,56	27,05	12,86	0,20	1,7
			Rántott sertésborda	1 579,04	377,76	20,22	21,36	3,98	25,72	0,00	1,17	1,3
			Sárgarépás bulgur	1 370,66	327,91	10,19	5,76	0,72	63,13	0,00	0,62	1
			U 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)