

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
11/24/2025 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	
				Csicseriborsókrém	353,29	84,52	3,16	4,84	0,72	7,84	0,00	0,05	3,7,10,(1),(12)
				Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1
			E	Citromos kertileves	760,04	181,83	6,10	6,10	1,30	25,42	0,01	0,79	1,3,7,9
				Lecsós virsli	961,61	230,05	8,36	18,98	4,31	6,53	0,00	1,45	(1),(6),(7),(10)
				Tarhonya köret	1 159,53	277,40	10,30	6,37	0,86	44,40	0,00	2,84	
			U	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 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:	5 231,82	1 250,90	40,20	41,79	9,25	143,72	9,00	6,89			
11/25/2025 kedd	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves											
			T	Karamell	657,47	157,29	6,80	3,00	1,63	25,59	14,99	0,27	7
				Sajttal szórt pogácsa	1 294,00	309,57	4,30	21,20	6,80	25,70	0,25	0,12	1,3,7
			E	Lebbencsleves	416,91	99,74	2,73	1,77	0,57	16,87	0,00	1,07	1,3
				Zöldbabfőzelék	647,19	154,83	5,26	5,31	1,64	21,00	3,80	0,50	1,7
				Vagdalt	1 408,33	336,92	12,29	29,21	6,92	5,81	0,00	1,24	1,3
				Mandarin	235,18	56,26	0,84	0,36	0,00	11,76	0,00	0,00	
			U	Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	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
	Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
		Összesen:	5 600,57	1 339,67	40,51	71,70	20,59	131,56	19,04	3,90			
11/26/2025 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	
				Főtt tojás	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3
				Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	
				Magvas kenyér	826,58	197,75	8,64	3,43	0,00	32,85	0,00	1,19	1
			E	Narancsos almaleves	846,69	202,56	4,62	6,24	3,96	31,11	14,62	0,60	1,7
				Majorannás sertésapró	680,78	162,87	13,48	9,60	2,26	4,91	0,41	1,62	1
				Jázmín rizs	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,00	
				Vitamin saláta	251,37	60,14	1,42	0,18	0,02	12,91	7,59	0,52	
			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			
	Zöldpaprika	1,64	0,39	0,02	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00				
		Összesen:	5 465,79	1 307,27	44,71	43,54	11,24	179,36	26,62	6,18			
11/27/2025 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	
				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	Húsgaluska leves	1 167,37	279,27	13,30	15,65	4,77	20,92	0,00	1,45	1,3,9
				Tejfölös kapos tökfőzelék	790,94	189,22	4,91	7,40	2,22	25,20	4,00	1,06	1,7
				Sertés pörkölt	748,12	178,98	15,48	11,09	2,63	3,52	0,00	0,77	1
				Teljes kiőrlésű kenyér	338,70	81,03	2,61	1,05	0,18	14,31	0,10	0,42	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	
	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:	4 857,23	1 158,41	53,56	43,49	11,94	134,35	18,41	5,81			
11/28/2025 péntek	(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	
				Turista felvágott	133,90	32,03	4,24	1,64	0,58	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	
				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	Paradicsom leves	558,39	133,59	2,90	4,78	0,53	19,97	11,12	1,20	1,3
				Rántott halszelet	1 555,69	372,17	18,77	23,17	4,22	21,68	0,00	3,38	1,3,4
				Petrezselymes burgonya	981,95	234,92	5,64	3,45	0,70	40,75	0,00	1,03	(7)
				Túró rudi	347,00	82,62	4,20	4,20	2,80	9,10	0,00	0,00	
U	Perc	845,20	202,20	3,64	12,44	0,00	17,28	0,00	0,00				
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
		Összesen:	5 537,96	1 324,30	45,23	56,28	9,86	152,22	15,32	6,60			