

Tételes étlap 2024.12.09. - 2024.12.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
12/9/2024 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	
			Vaníliás túrókrém	146,05	34,94	2,51	1,35	0,76	3,14	2,50	0,01	7
			Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1,(6),(7)
			E Daragaluska leves	512,23	122,54	3,68	3,98	0,56	17,78	0,00	0,91	1,3
			Bolognai rakott tészta	2 260,77	540,85	24,82	21,62	7,76	61,21	5,41	1,38	1,3,7
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
			U Sertés párizsi	240,68	57,58	2,70	4,58	1,84	0,12	0,08	0,42	(1),(6),(7)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	(7)
			Szezámmagos zsemle	456,79	109,28	3,76	0,28	0,00	22,80	0,00	0,63	1
			Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	5 455,09	1 304,13	46,29	36,41	11,59	193,69	16,98	4,50	
12/10/2024 kedd	(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
			Gabona golyó	317,52	75,96	2,00	0,40	0,33	16,00	4,98	0,16	1
			E Tavaszi zöldségleves	543,64	130,06	3,03	6,19	0,71	16,51	0,08	0,62	1,3,9
			Tejfölös burgonyafőzelék	1 143,65	273,60	5,40	9,17	1,92	38,49	2,85	0,52	1,7
			Sertés pörkölt	750,45	179,53	15,61	11,09	2,63	3,60	0,00	1,38	1
			Félbarna kenyér	323,10	76,93	3,00	0,24	0,00	15,30	0,00	0,45	1,(6),(7)
			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
			Jégretek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03	
			Összesen:	4 692,58	1 122,25	42,35	35,13	9,28	120,72	7,91	4,29	
12/11/2024 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	
			Magyaros vajkrém	317,52	0,00	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7
			Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90	1,(6),(7)
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E Jókai bableves	1 255,57	300,38	13,75	15,67	4,05	26,00	0,07	2,23	1,7
			Aranygaluska	1 919,22	459,14	14,56	15,91	3,27	64,35	10,99	0,59	1,3,7,8
			Vaníliásodó	542,54	129,79	3,50	1,59	0,85	25,24	19,04	0,29	1,7
			U Trappista sajt	259,00	61,96	5,20	4,60	2,80	0,02	0,02	0,20	7,(1)
			Margarin	150,00	35,71	0,01	3,90	0,67	0,15	0,00	0,13	(7)
			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	
12/12/2024 csütörtök	(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
			Kakaós csiga	1 075,00	257,18	3,80	12,30	0,00	30,90	0,00	0,00	
			E Zöldborsóleves	1 173,95	280,85	11,27	6,17	0,67	44,59	0,00	0,45	1
			Bácskai rizseshús	1 838,07	439,73	18,79	14,50	2,83	57,41	0,00	0,35	
			Csemege uborka édesítőszerrel	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	1,82	1,44	10
			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	(7)
			Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	1,00	0,50	1,7
			Jégsaláta	11,30	0,00	0,20	0,01	0,00	0,30	0,00	0,01	
			Összesen:	5 575,01	1 330,86	49,57	41,82	6,21	185,00	17,81	3,61	
12/13/2024 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	
			Padlizsánkrém	289,73	69,31	0,48	4,77	0,60	1,23	0,00	0,60	3,10,(1),(7)
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
			E Rostos ivólé	71,70	17,15	0,00	0,00	0,00	4,20	0,00	0,00	
			Tökmagos rántott csirkemell filé	1 647,64	394,17	22,84	20,36	2,47	29,13	0,00	1,53	1,3
			Burgonyapüré	1 001,69	239,64	6,82	4,88	1,33	38,17	0,00	0,61	7
			Cékla saláta	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74	
			U Zott Belriso tejberizs	852,43	203,93	0,00	0,00	0,00	3,50	0,00	0,00	7,(1)
			Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00	
			Összesen:	5 011,43	1 198,90	36,72	32,41	4,76	130,19	13,91	4,32	
12/14/2024 szombat	(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	
			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	(7)
			Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,12	0,84	1
			E Csontleves zöldséggel	799,03	191,16	7,68	0,77	0,11	38,77	0,03	1,01	1,3,9
			Retro hamburger 1 db	2 212,68	523,94	27,60	28,70	8,45	38,58	7,20	3,25	1,3,7,10,(12)
			Steak burgonya fél adag	673,26	161,07	2,47	5,90	0,99	24,33	0,00	0,06	
			U Sajttal szórt pogácsa	1 294,00	309,57	4,30	21,20	6,80	25,70	0,40	0,12	1,3,7
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			Összesen:	6 459,21	1 539,69	50,63	69,33	19,67	175,86	16,74	5,43	