

Tételes étlap 2026.02.16. - 2026.02.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
2/16/2026 hétfő	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T									
			T	Tejeskávé	544,61	130,29	6,83	3,00	1,63	18,84	7,99	0,27 1,7
				Kakaós kalács	771,60	184,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,3,7
			E	Parajkrémleves	430,97	103,10	3,01	5,87	0,63	9,45	0,00	0,41 1
				Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10 1,3,7
				Csirkepaprikás	921,55	220,47	15,99	15,46	3,54	4,04	0,00	0,84 7,(1)
				Tészta köret	1 134,14	271,33	8,68	4,29	0,49	49,17	0,00	0,56 1,3
				Mandarin	235,18	56,26	0,84	0,36	0,00	11,76	0,00	0,00
			U	Pick viaszos borjúmájás	109,52	26,20	2,00	4,40	2,00	0,36	0,00	0,42 (1),(6),(7),(10)
				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:	4 889,21	1 169,66	43,73	37,98	8,82	122,52	7,99	3,17
2/17/2026 kedd	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T									
			T	Gyümölcs tea	154,83	37,04	0,01	0,00	0,00	9,15	8,99	0,00
				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
				Félbarna kenyér	646,20	153,86	6,00	0,48	0,00	30,60	0,00	0,90 1
			E	Paradicsom leves	558,39	133,59	2,90	4,78	0,53	19,97	11,12	1,20 1,3
				Rántott halrudacska sütőben	1 240,23	296,71	11,14	27,59	2,98	17,47	0,00	0,84
				Bulgur	1 106,95	264,82	8,60	3,72	0,48	53,11	0,00	0,52 1
				Amerikai káposztasaláta	697,50	166,87	1,72	15,97	2,98	6,80	2,00	1,08 3,7,10,(1),(12)
			U	Füstölt sajtkrém	332,83	79,63	3,93	7,05	3,40	0,24	0,26	0,21 7,(1)
				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:	6 214,41	1 485,81	41,28	68,69	12,94	157,03	22,37	5,74
2/18/2026 szerda	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T									
			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	0,20	0,84 1
				Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	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
				Caprese csirkemell	829,17	198,37	22,83	10,95	3,62	1,75	0,32	1,32 7,(1)
				Burgonyapüré	1 001,69	239,64	6,82	4,88	1,33	38,17	0,00	0,61 7
			U	Köméta 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
				Hosszú zsemle	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76 1
				Jégcsapretek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03
				Összesen:	4 466,52	1 036,90	48,62	36,55	11,14	129,44	17,38	3,94
2/19/2026 csütörtök	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T									
			T	Gyümölcs tea	154,83	37,04	0,01	0,00	0,00	9,15	8,99	0,00
				Sajtkrém	84,30	20,17	0,79	1,53	0,82	0,81	0,00	0,12 7,(1)
				Teljes kiőrlésű kenyér	677,40	162,06	5,22	2,10	0,36	28,62	0,20	0,84 1
			E	Zöldborsóleves	1 173,95	280,85	11,27	6,17	0,67	44,59	0,00	0,45 1
				Hentes tokány	801,55	191,76	15,48	11,15	3,09	6,64	0,54	1,69 1,10,(6),(7)
				Jázmin rizs	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,00
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
			U	Húskrém	633,69	151,60	3,68	14,76	5,40	0,84	0,00	0,03 (7)
				Vizes zsemle	526,00	125,84	3,90	1,60	0,30	23,10	0,00	0,50 1
				Lilahagyma	16,54	3,96	0,12	0,01	0,00	0,83	0,00	0,00
				Összesen:	5 870,02	1 404,32	48,27	45,62	11,54	194,83	9,73	4,65
2/20/2026 péntek	(00120)	Iskolás menü 7-10 éves	T									
			T	Citromos tea	70,31	16,82	0,01	0,00	0,00	4,13	4,00	0,00
				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
				Magvas kenyér	826,58	197,75	8,64	3,43	0,00	32,85	0,00	1,19 1
				Uborka	10,00	2,39	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01
			E	Tárkonyos marha raguleves	968,26	231,64	12,11	10,45	2,04	15,31	0,00	0,16 7
				Farsangi fánk sütőben	1 379,51	330,03	5,49	20,79	2,67	30,05	7,59	0,64 1,3,7
				Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	21,39	0,00 (12)
			U	Sajtos kifli	543,40	130,00	4,14	0,31	0,00	25,08	0,00	0,00 1,7
				Kockasajt	310,99	74,40	2,56	5,60	3,60	3,40	0,30	0,28 7,(1)
				Összesen:	4 705,17	1 125,47	36,35	45,06	9,20	133,56	33,28	2,97