



### Tételes étlap 2025.04.07. - 2025.04.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 07. hétfő (00083) Ált. Iskola 7-10év	T Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Turós pogácsa 7-10év	1 145,86	274,13	13,31	11,18	3,87	29,92	0,00	1,13		
	E Zöldbableves (mir.)*7-10év	899,02	215,08	5,99	10,07	2,76	24,52	2,00	1,92		
	Tarhonyáshús*7-10év	3 652,59	873,83	35,47	47,69	11,55	74,60	0,00	2,36		
	ALMA BEFŐTT	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	U Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		
	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Tonhalkrém 7-10év	1 786,23	427,33	0,76	46,61	5,99	0,67	0,00	1,09		
	Összesen:	8 583,35	2 053,45	67,73	119,35	25,95	174,06	2,00	7,79		
2025. 04. 08. kedd (00083) Ált. Iskola 7-10év	T Kakaó 7-10év	754,46	180,49	6,99	3,22	1,76	30,69	19,98	0,27		
	T Sonkás batyu saját 7-10év	2 099,57	502,29	8,03	36,23	9,88	35,44	0,00	1,60		
	E Gulyásleves 7-10év	1 281,30	306,53	12,32	15,17	4,15	27,85	0,00	1,68		
	Túrós metélt*7-10év	2 693,11	644,28	24,75	26,18	8,63	76,65	0,00	2,12		
	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	U Vajkrém natúr, ízesített	32,68	7,82	0,11	0,72	0,00	0,04	0,00	0,00		
	U Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		
















2025. 04. 08		00083											
2025. 04. 09. szerda	(00083) Ált. Iskola 7-10év	U	Sárgarépa *	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		
			Összesen:	7 639,11	1 827,54	58,20	82,42	24,59	208,47	19,98	6,85		
		T	Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Sajtos rúd saját 7-10év	2 372,73	496,18	12,28	41,37	12,93	35,87	0,00	2,11	  	
		E	Meggyleves mir.*7-10év	1 265,12	302,66	3,36	4,59	2,11	60,69	39,96	0,50	 	
			Sertés pörkölt*7-10év	1 873,71	448,26	21,69	38,06	11,28	4,16	0,00	1,69		
			Burgonya sós 350 g * 7-10év	1 191,30	285,00	7,50	0,60	0,06	55,20	0,00	3,97		
			Savanyú uborka *	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		U	Tojáskrém*7-10év	592,01	141,62	8,52	11,37	3,44	1,14	0,00	1,73	   	
			Magvas kenyér 0,5kg	688,82	164,79	7,20	2,85	0,65	27,38	0,00	0,99	   	
	Lilahagyma *	82,72	19,79	0,60	0,05	0,00	4,15	0,00	0,01				
	Összesen:	8 529,67	1 969,13	68,55	101,99	32,10	201,79	39,96	13,67				
2025. 04. 10. csütörtök	(00083) Ált. Iskola 7-10év	T	Pizzásrúd 7-10év	2 239,67	500,08	10,05	38,47	11,29	36,72	0,00	5,77	  	
			Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		E	Csontleves *7-10év	374,97	66,34	4,03	2,12	0,11	13,14	0,00	2,87	  	
			Paprikás burg. virsli *7-10év	2 678,60	640,81	21,70	30,78	8,97	59,78	0,00	4,05	    	
		U	Sonka krém 7-10év	510,83	122,21	14,17	5,25	2,25	4,43	0,00	0,00	  	
	Barna kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				





2025. 04. 10.	00083	U	Jégcsapretek *	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07	
			Összesen:	6 240,24	1 433,78	57,35	79,67	24,25	125,77	0,00	13,03	
2025. 04. 11. péntek	(00083) Ált. Iskola 7-10év	T	Sajtos pogácsa saját isk 7-10é	2 350,57	490,88	11,84	40,99	12,83	35,85	0,00	2,88	 
			Kakaó 7-10év	754,46	180,49	6,99	3,22	1,76	30,69	19,98	0,27	 
		E	Zellerleves mir. *7-10év	589,21	140,96	4,26	5,74	0,67	17,09	0,00	2,21	  
			Bácskai rizseshús 7-10év	2 940,06	703,36	26,53	29,01	9,10	83,15	0,00	1,69	
		U	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
			Kenyér 0,75kg	658,22	157,47	6,00	0,48	0,18	32,10	0,00	1,21	 
			Vaj (100 g.) *	60,78	14,54	0,01	1,60	0,77	0,01	0,00	0,00	
			Minijam 30.g *	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	16,20	0,02	
	Összesen:	7 782,98	1 790,50	56,42	81,44	25,31	222,09	36,18	8,29			

Kukla Imréné

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

