



Tételes étlap 2025.10.20. - 2025.10.26.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 10. 20. hétfő	(00083) Ált. Iskola 7-10év	T	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Turós pogácsa	1 145,86	274,13	13,31	11,18	3,87	29,92	0,00	1,13		
		E	Hamisgulyásleves *7-10év	1 299,48	310,81	7,46	12,16	1,53	41,07	0,80	2,71		
			Csikós tokány*7-10év	2 260,60	540,81	20,74	46,65	15,40	8,82	0,00	5,45		
			Párolt rizsköret 7-10év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89		
		U	Kenyér saját 0,75kg	475,50	113,61	4,65	0,34	0,16	23,02	0,00	0,72		
			Harcspástétom	485,02	0,00	9,52	8,60	2,25	0,00	0,00	0,59		
			Összesen:	7 779,18	1 744,79	70,57	88,74	25,64	191,44	0,80	12,76		
2025. 10. 21. kedd	(00083) Ált. Iskola 7-10év	T	Tej 1,5 5/1 *	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	Orosházi tány leves*7-10évLM	1 730,91	414,05	16,29	23,96	6,02	31,43	0,80	2,83		
			Darásmetélt ízzel*7-10év	3 585,29	857,73	20,89	13,28	1,98	162,58	45,64	2,10		
			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		
			Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		





2025. 10. 22. szerda	2025. 10. 21	(00083) Ált. Iskola 7-10év	U	Sárgarépa *	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		
				Összesen:	8 905,32	2 058,97	62,37	83,23	22,73	278,32	46,44	8,49		
			T	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
				Virslis kifli saját 7-10év	2 879,49	688,87	17,39	51,98	16,01	35,59	0,00	3,50		
			E	Vegyes gyüm.levesmir.* 7-10év	1 004,36	167,31	3,09	4,50	2,25	47,90	38,89	1,03		
				Sült csirkecomb 7-10év	1 410,59	337,46	46,09	16,11	3,42	1,61	0,00	2,98		
				Burgonyapüré 7-10év	1 416,54	211,80	6,74	14,75	4,26	42,73	1,60	1,76		
				ALMA BEFŐTT	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			U	Tojáskrém*7-10év	591,88	141,59	8,52	11,37	3,44	1,14	0,00	1,73		
				Magvas kenyér 0,5kg	688,53	164,72	0,72	0,29	0,07	2,74	0,17	0,10		
				Lilahagyma *	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
				Összesen:	8 430,20	1 816,73	89,59	102,02	31,08	143,97	40,66	11,37		

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

