



Tételes étlap 2026.02.09. - 2026.02.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 02. 09. 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	Burgonya gombóclevés 7-10év	969,99	232,03	7,64	2,94	0,54	42,21	0,96	1,98		
			Hentes tokány *7-10év	1 953,20	467,27	21,54	36,18	10,79	11,91	0,00	3,07		
			Tészta köret (klf.) 7-10év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	1,97		
		U	Harcapástétom	14,55	0,00	0,29	0,26	0,07	0,00	0,00	0,02		
			Kenyer 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		
			Uborka*	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
			Összesen:	6 697,38	1 598,74	67,08	66,01	18,60	180,56	0,96	9,47		
2026. 02. 10. 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		
			Virslis kifli saját 7-10év	2 879,49	688,87	17,39	51,98	16,01	35,59	0,00	3,50		
		E	Gulyásleves 7-10év	1 277,69	305,62	12,32	15,03	4,16	28,97	0,56	1,68		
			Fánk ízzel 7-10év	4 055,59	970,24	17,60	53,27	7,60	104,11	30,24	0,77		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Vajkrém natúr, ízesített	49,02	11,73	0,17	1,08	0,00	0,06	0,00	0,00		
			Kenyer 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		





2026. 02. 11. szerda	2026. 02. 12. csütörtök	2026. 02. 10. (00083)
Ált. Iskola 7-10év	Ált. Iskola 7-10év	Ált. Iskola 7-10év
		U Sárgarépa *
		84,06 20,11 0,60 0,10 0,02 4,05 0,00 0,16
		Összesen: 9 445,50 2 259,65 60,28 125,26 29,57 217,13 30,80 7,40
		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 Erdei gyümölcsleves 7-10év
		1 199,15 286,88 1,47 0,63 0,00 67,44 39,96 1,01
		Bolognai spagetti *7-10év
		2 614,22 553,90 27,54 29,87 9,41 57,70 0,00 3,02
		U Tojáskrém*7-10év
		591,88 141,59 8,52 11,37 3,44 1,14 0,00 1,73
		Magvas kenyér saját 0,5
		54,01 11,21 0,55 0,53 0,01 1,47 0,00 0,05
		Lilahagyma *
		82,72 19,79 0,60 0,05 0,00 4,15 0,00 0,01
		Összesen: 7 320,43 1 606,61 57,76 86,82 27,42 178,37 39,96 8,20
		T Tej 1,5 5/1 *
		405,72 97,06 6,80 3,00 1,63 10,60 0,00 0,27
		Baconos orsó
		1 016,55 243,19 10,73 4,92 2,83 38,71 0,00 0,00
		E Pirított tésztaleves *7-10év
		1 047,52 250,55 7,38 5,84 0,75 40,62 0,88 2,10
		Rántott sertésszelet*7-10év
		2 918,81 698,28 22,62 54,23 7,94 29,11 0,00 2,06
		Petrezselymes rizsköret* 90 g
		1 679,17 401,72 7,64 9,59 1,11 70,73 0,00 4,94
		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





2026. 02. 13. péntek	(00083) Ált. Iskola 7-10év	U	Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	7 578,60	1 813,01	69,34	82,83	16,51	194,20	0,88	9,37		
		T	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Sajtos pogácsa *	1 403,05	324,94	9,80	14,68	5,26	40,75	0,18	1,69		
		E	Póréhagymaleves 7-10év	295,64	70,73	1,72	3,30	1,73	8,57	0,00	2,09		
			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	1 175,84	281,30	7,50	0,00	0,08	60,00	2,40	3,97		
		U	Reggeli margarin	796,82	0,00	0,06	21,00	5,70	0,12	0,00	0,30		
			Barackíz *	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
			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		
			Összesen:	6 886,37	1 446,12	53,07	80,84	25,83	172,21	16,84	11,03		

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

Szabó Orsolya

.....

osztályvezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

