



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 05. 25. hétfő	(00083) Ált. Iskola 7-10év	T Gyümölcs joghurt db.	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49			
		Kifli 100g	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,76			
		U Sertésmájás *	395,77	94,68	4,77	8,31	3,80	0,09	0,00	0,00	0,83		
		Magos zsemle	750,26	179,49	6,26	1,53	0,00	34,95	0,00	0,96			
		Zöldpaprika *	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00			
		Összesen:	2 418,25	578,54	22,89	18,38	8,42	79,44	22,45	3,04			
2026. 05. 26. kedd	(00083) Ált. Iskola 7-10év	T Kolbászos batyu gyerek 7-10év	1 879,16	361,60	8,25	32,90	2,88	27,13	0,00	0,84			
		Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
		E Sertésraguleves 7-10év	1 011,11	241,85	10,70	16,71	4,22	11,59	0,00	2,02			
		Túrós metélt*7-10év	3 275,23	783,55	26,55	40,78	14,16	76,65	0,00	1,83			
		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	1,60	1,11			
		Uborka*	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02			
Összesen:	7 101,15	1 610,85	52,04	92,06	21,41	160,17	11,59	5,83					





2026. 05. 27. szerda (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			
	Kakaós csiga (1 db) *	1 998,04	478,00	7,92	29,41	10,07	45,06	17,75	0,92			
E	Szilvaleves*7-10év	889,45	212,79	4,19	5,24	2,13	36,38	14,99	0,50			
	Finomfőzelék *mir.*	1 250,58	299,18	11,21	10,72	1,57	38,79	5,00	4,75			
	Vagdalt * 7-10év	1 610,54	385,30	20,42	15,54	4,86	38,46	1,28	2,40			
U	Olasz felvágott *	419,83	100,44	4,11	9,24	3,44	0,09	0,00	1,26			
	Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Magvas kenyér saját 0,5	54,01	11,21	0,55	0,53	0,01	1,47	0,00	0,05			
	Összesen:	7 159,39	1 583,98	55,24	87,68	27,51	170,93	39,02	10,35			
2026. 05. 28. csütörtök (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			
	Pudingos rácsos péksüti 7-10év	1 255,07	254,98	9,09	1,01	0,43	63,78	21,14	0,94			
E	Karalábéleves (mir)*7-10év	763,80	181,43	6,63	6,11	0,73	24,81	0,00	1,40			
	Rántott sertésszelet*7-10év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,00	1,08			
	Tört burgonya * 7-10év	1 637,42	328,18	8,77	7,00	1,99	70,04	2,80	0,63			
U	Kockasajt 8 db-os *	31,48	0,00	0,42	0,63	0,37	0,05	0,00	0,07			
	Barna Kifli 100gr	1 430,81	0,00	12,00	13,39	1,75	43,05	0,00	0,88			
	Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	8 443,11	1 559,93	66,33	85,37	14,84	241,44	23,94	5,27			





2026. 05. 29. péntek (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		
		Lekváros bukta 11-14év	2 770,57	662,81	20,47	11,34	3,46	119,41	27,11	0,21		
	E	Csontleves *7-10év	375,30	86,11	4,48	2,25	0,09	12,86	0,00	1,56		
		Rizseshús*7-10év	2 735,42	654,41	29,63	37,40	12,38	49,03	0,00	1,73		
	U	Csirkemell sonka	163,02	39,00	6,66	0,42	0,16	0,06	0,00	0,69		
		Margarin Ewa	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Korpás kenyér saját 0,5	29,19	6,63	0,30	0,03	0,01	1,38	0,00	0,05		
		Zöldpaprika *	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
		Összesen:	7 051,39	1 555,82	68,98	68,59	21,53	194,92	27,11	4,71		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

dietetikus
Gazdaságvezető

