



### Tételes étlap 2025.04.07. - 2025.04.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 07. hétfő (00086) Ált. Iskola 11-14év	T Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Turós pogácsa 11-14év	1 145,86	274,13	13,31	11,18	3,87	29,92	0,00	1,13		
	E Zöldbableves mir.*11-14év	899,02	215,08	5,99	10,07	2,76	24,52	2,00	1,92		
	Tarhonyáshús*11-14év	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 11-14év	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 (00086) Ált. Iskola 11-14év	T Sonkás batyu saját 11-14év	2 099,57	502,29	8,03	36,23	9,88	35,44	0,00	1,60		
	Kakaó 7-10év	754,46	180,49	6,99	3,22	1,76	30,69	19,98	0,27		
	E Gulyásleves 11-14	1 465,51	350,60	12,78	18,45	4,53	30,75	0,00	1,68		
	Túrós metélt* 11-14év	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		
	Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01		





2025. 04. 08		(00086)											
2025. 04. 09. szerda	(00086) Ált. Iskola 11-14év	U	Sárgarépa *	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		
			Összesen:	7 823,32	1 871,61	58,66	85,70	24,97	211,37	19,98	6,85		
		T	Sajtos rúd saját 11-14év	2 372,73	496,18	12,28	41,37	12,93	35,87	0,00	2,11		
			Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		E	Meggyleves mir.*11-14év	1 265,12	302,66	3,36	4,59	2,11	60,69	39,96	0,50		
			Sertés pörkölt*11-14év	1 873,71	448,26	21,69	38,06	11,28	4,16	0,00	1,69		
			Burgonya sós 350 g *11-14év	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*11-14év	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	(00086) Ált. Iskola 11-14év	T	Pizzásrúd 11-14év	966,58	195,51	10,04	4,87	2,19	36,70	0,00	1,32		
			Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		E	Csontleves *11-14év	374,97	66,34	4,03	2,12	0,11	13,14	0,00	2,87		
			Paprikás burg. virsli *11-14év	2 671,63	639,14	21,64	30,76	8,97	59,46	0,00	4,05		
		U	Sonka krém 11-14év	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	00086	U	Jégcsapretek *	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07	
			Összesen:	4 960,18	1 127,54	57,28	46,05	15,15	125,43	0,00	8,58	
2025. 04. 11. péntek	(00086) Ált. Iskola 11-14év	T	Sajtos pogácsa saját isk 11-14	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. *11-14év	589,21	140,96	4,26	5,74	0,67	17,09	0,00	2,21	
			Bácskai rizseshús 11- 14év	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	
			Minijam 30.g *	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	16,20	0,02	
			Vaj (100 g.) *	60,78	14,54	0,01	1,60	0,77	0,01	0,00	0,00	
			Összesen:	7 782,98	1 790,50	56,42	81,44	25,31	222,09	36,18	8,29	

Kukla Imréné

Szabó Orsolya

Nagy Mónika

.....  
Élelmezési

osztályvezető

.....  
Vezető

dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

