



Tételes étlap 2025.04.14. - 2025.04.20.													
	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. 04. 14. hétfő	(00086) Ált. Iskola 11-14év	T	Kakaó 4-6év	754,46	180,49	6,99	3,22	1,76	30,69	19,98	0,27		
			Sajtos kifli 100g	0,00	0,00	0,00	9,84	5,58	47,30	2,20	1,62		
		E	Csontleves *11-14év	374,97	66,34	4,03	2,12	0,11	13,14	0,00	2,87		
			Tejsz. bazsalik. p.ragu 11-14é	1 247,59	298,47	22,18	18,95	4,24	9,45	0,00	1,64		
			Párolt rizsköret 11-14év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89		
		U	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	409,99	9 808,25	3,58	0,55	0,04	25,00	0,00	0,41		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Kenőmájas *	395,77	94,68	4,77	8,31	3,80	0,09	0,00	0,83		
			Összesen:	5 035,19	891,39	50,04	50,20	16,33	210,68	22,18	9,54		
2025. 04. 15. kedd	(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	Burgonyaleves magyaros*11-14év	1 189,92	284,67	6,10	9,81	1,16	39,02	0,00	1,95		
			Sajtos metélt* 11-14év	2 903,53	551,70	26,30	31,66	11,87	75,30	0,00	2,91		
			Narancs *	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		U	Diák csemege *	554,65	132,69	5,25	12,30	4,72	0,09	0,00	1,50		





2025. 04. 15. kedd											Ált. Iskola 11-14év		
(00086)													
U													
	Reggeli margarin	531,22	0,00	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
	Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Korpás kenyér 0,5	409,99	0,00	3,58	0,55	0,04	25,00	0,00	0,41				
	Összesen:	7 134,72	1 303,04	58,71	76,39	25,41	195,29	0,00	8,57				
2025. 04. 16. szerda											Ált. Iskola 11-14év		
(00086)													
T													
	Sajtos pogácsa saját isk 11-14	2 350,57	490,88	11,84	40,99	12,83	35,85	0,00	2,88				
	Tej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
E													
	Tarhonyaleves 11-14év	1 719,28	404,13	10,46	14,97	2,76	54,19	0,00	4,61				
	Burgonya főzelék 11-14év	2 204,21	527,32	9,82	23,31	4,34	64,48	5,00	1,50				
	Vagdalt * 11-14év	1 912,19	457,46	21,27	22,25	7,33	38,46	0,00	3,32				
U													
	Sonka krém 11-14év	510,83	122,21	14,17	5,25	2,25	4,43	0,00	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:	9 796,73	2 265,08	79,76	110,57	31,29	241,76	5,00	13,60				
2025. 04. 17. csütörtök											Ált. Iskola 11-14év		
(00086)													
T													
	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00				
	Túrós bukta saját 11-14év	2 714,62	641,40	18,83	40,88	12,54	50,61	9,99	1,54				
E													
	Vegyes gyüm.levesmir.* 11-14év	1 004,36	167,31	3,09	4,50	2,25	47,90	38,89	1,03				
	Rántott sertésszelet*11-14év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,00	2,06				





2025. 04. 17. csütörtök	(00086) Ált. Iskola 11-14év	E	Rizi-bizi mir. 11-14év	1 858,55	444,63	11,07	6,98	0,80	83,75	0,00	1,50		
		U	Sajtkrém tömlős	474,39	113,49	1,65	11,55	6,87	0,60	0,00	0,35		
			Paradicsom *	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01		
			Zsemle 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	9 200,98	2 120,19	58,29	118,34	30,42	224,13	58,87	6,49		
2025. 04. 19. szombat	(00086) Ált. Iskola 11-14év	T	Vaniliás tej*11-14év	1 039,88	229,91	10,20	4,53	2,46	41,52	25,62	0,58		
			Pudingos rácsos péksüti 11-14	1 389,34	287,10	9,09	1,01	0,43	71,78	29,13	1,43		
		E	Lecsós pulyka apró 11-14év	1 585,10	379,21	23,83	26,48	6,99	10,90	0,00	2,08		
			Párolt rizsköret 11-14év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89		
			Lebbencsleves*11-14év	552,98	132,29	3,62	4,14	1,43	18,36	0,00	1,60		
		U	Vajkrém natúr, ízesített	32,68	7,82	0,11	0,72	0,00	0,04	0,00	0,00		
			Zsemle 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	6 306,98	1 444,70	54,94	43,69	12,11	220,61	54,75	7,58		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

