



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 (00086) Ált. Iskola 11-14év	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	0,83		
	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 (00086) Ált. Iskola 11-14év	T Kolbászos batyu gyerek 11-14év	1 879,16	361,60	8,25	32,90	2,88	27,13	0,00	0,84		
	Gyümölcs tea 11-14év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	E Sertésraguleves 11-14év	951,47	226,42	9,91	16,56	4,20	9,32	0,00	2,26		
	Túrós metélt* 11-14év	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:	7 041,51	1 595,42	51,25	91,91	21,39	157,90	11,59	6,07			





2026. 05. 27. szerda (00086) Ált. Iskola 11-14év												
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*11-14év	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 * 11-14év	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 (00086) Ált. Iskola 11-14év												
T	Pudingos rácsos péksüti 11-14	1 255,07	254,98	9,09	1,01	0,43	63,78	21,14	0,94			
	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
E	Karalábéleves 11-14év	694,28	164,88	5,79	5,94	0,73	22,01	0,00	1,40			
	Rántott sertésszelet*11-14év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,00	1,08			
	Tört burgonya 11-14év	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:	8 373,59	1 543,38	65,49	85,20	14,84	238,64	23,94	5,27			





2026. 05. 29. péntek (00086) Ált. Iskola 11-14év	T	Lekváros bukta 11-14év	2 770,57	662,81	20,47	11,34	3,46	119,41	27,11	0,21		
		Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	E	Csontleves *11-14év	375,30	86,11	4,48	2,25	0,09	12,86	0,00	1,56		
		Rizszeshús*11-14év	2 735,42	654,41	29,63	37,40	12,38	49,03	0,00	1,73		
	U	Korpás kenyér saját 0,5	29,19	6,63	0,30	0,03	0,01	1,38	0,00	0,05		
		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		
		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

