



Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 04. 27. 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		
	E Burgonyaleves magyaros*7-10év	1 189,20	283,31	6,23	9,54	1,16	41,75	1,20	1,22		
	Tarhonyáshús*7-10év	3 652,59	873,83	35,47	47,69	11,55	74,60	0,00	2,36		
	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:	7 260,04	1 735,68	64,59	75,61	21,13	195,79	23,65	6,62		
2026. 04. 28. 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 Nyírségi húsgombócleves 7-10év	1 457,02	348,57	24,34	22,84	6,11	10,81	0,00	2,70		
	Káposztás kocka 7-10év	1 551,90	85,51	12,41	3,36	0,33	72,01	5,00	3,08		
	Narancs *	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	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			





2026. 04. 28		(00083)									
U	Uborka*	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
Összesen:		5 851,43	1 026,15	51,74	60,57	9,47	156,25	16,59	7,76		
2026. 04. 29. 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	Zöldbabfőzelék mir*7-10év	1 385,17	331,38	10,04	14,20	3,23	40,13	4,00	0,50		
	Bolognai spagetti *7-10év	2 539,54	553,90	26,29	28,50	8,64	57,59	0,00	1,94		
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:		7 333,53	1 571,99	55,75	98,88	30,82	155,02	21,75	5,14		
2026. 04. 30. 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	köménymagos leves7-10év	647,12	153,07	2,80	9,64	1,14	14,00	0,00	1,50		
	Sült csirkecomb 7-10év	1 410,59	337,46	46,09	16,11	3,42	1,61	0,00	2,00		
	Burgonyapüré 7-10év	1 416,54	211,80	6,74	14,75	4,26	42,73	1,60	0,78		
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		





2026. 04. 30	00083	U	Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Összesen:	6 597,33	1 054,37	83,94	58,53	13,00	175,82	22,74	6,44	
2026. 05. 01. 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	
		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:	3 940,67	815,30	34,87	28,94	9,06	133,03	27,11	1,42	

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

