



Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

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. 04. hétfő (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		
	Turós pogácsa	1 145,86	274,13	13,31	11,18	3,87	29,92	0,00	1,13		
	E Vegyes gyüm.levesmir.* 7-10év	836,53	127,16	3,09	4,50	2,25	37,91	28,90	0,53		
	Tészta köret (klf.) 7-10év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	0,99		
	Kalotaszegi Pulyka	1 826,96	437,07	33,96	28,59	10,40	10,43	0,00	1,73		
	U Harcsapástétom	14,55	0,00	0,29	0,26	0,07	0,00	0,00	0,02		
	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:	6 437,68	1 463,67	74,95	59,98	19,92	174,78	30,50	5,80		
2026. 05. 05. kedd (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		
	T Virslis kifli saját 7-10év	2 879,49	688,87	17,39	51,98	16,01	35,59	0,00	2,62		
	E Gulyásleves 7-10év	1 276,87	303,68	12,34	15,02	4,15	29,16	0,56	1,59		
	Tejbenrizs-szórás*7-10év	2 114,28	505,81	19,17	6,63	3,55	91,77	19,98	1,04		
	Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	U Vajkrém natúr, ízesített	49,02	11,73	0,17	1,08	0,00	0,06	0,00	0,00		
	Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	1,60	1,11		





2026. 05. 05.		00083											
2026. 05. 06. szerda	(00083) Ált. Iskola 7-10év	U	Sárgarépa *	84,06	20,11	0,60	0,10	0,02	4,05	0,00	0,16		
			Összesen:	7 796,73	1 863,46	62,77	78,31	25,51	222,18	22,14	6,85		
		T	Tej 1,5 5/1 *	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Sajtos rúd saját 7-10év	2 372,73	496,18	12,28	41,37	12,93	35,87	0,00	1,42		
		E	Paradicsom leves 7-10év	1 111,51	265,91	6,12	10,49	1,20	36,42	9,99	1,45		
			Hentes tokány *7-10év	1 953,20	467,27	21,54	36,18	10,79	11,91	0,00	3,07		
			Tészta köret (klf.) 7-10év	1 634,97	391,14	12,00	12,00	1,55	58,32	0,00	0,99		
		U	Tojáskrém*7-10év	591,88	141,59	8,52	11,37	3,44	1,14	0,00	0,46		
			Magvas kenyér saját 0,5	54,01	11,21	0,55	0,53	0,01	1,47	0,00	0,05		
			Lilahagyma *	82,72	19,79	0,60	0,05	0,00	4,15	0,00	0,01		
	Összesen:	8 206,74	1 890,15	68,41	114,99	31,55	159,88	9,99	7,72				
2026. 05. 07. 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		
			Baconos orsó	1 016,55	243,19	10,73	4,92	2,83	38,71	0,00	0,00		
		E	Zöldbaleves (mir.)*7-10év	906,78	215,75	6,14	10,11	2,76	24,88	2,00	1,20		
			Sertés pörkölt*7-10év	1 873,71	448,26	21,69	38,06	11,28	4,16	0,00	0,71		
			Burgonya sós 350 g * 7-10év	1 175,84	281,30	7,50	0,00	0,08	60,00	2,40	0,52		
		U	Sonka krém 7-10év	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		





2026. 05. 07	00083	U	Retek darabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Összesen:	5 889,43	1 407,77	67,03	61,34	20,83	142,78	4,40	2,70		
2026. 05. 08. 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		
			Sajtos pogácsa *	1 388,12	324,94	9,55	14,40	5,11	40,73	0,18	0,68		
		E	Sajtgombóclevés 7-10év	1 963,93	255,46	20,13	32,28	17,04	23,96	0,00	3,19		
			Édes savanyú csirkemell *7-10é	1 175,03	281,11	25,02	5,80	0,78	50,17	35,24	1,67		
			Párolt rizsköret 7-10év	1 706,45	407,08	8,11	6,81	0,80	78,14	0,00	1,17		
		U	Margarin Ewa	796,82	0,00	0,06	21,00	5,70	0,12	0,00	0,30		
			Barackíz *	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00		
			Kenyér 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	1,60	1,11		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	8 371,66	1 589,48	75,17	84,09	31,21	251,73	51,28	8,40		

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

