

Tételes étlap 2026.08.31. - 2026.09.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
		E	Daragaluska leves G	67,79	16,22	0,41	0,79	0,10	1,82	0,00	0,27	1,3
			Sült virsli	484,68	115,95	6,25	10,00	3,83	0,10	0,00	1,25	
			Zöldborsó főzelék G	303,26	72,55	3,50	2,14	0,44	9,66	1,80	0,62	1,7
			Félbarna kenyér	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
			Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	7
			Parajos penne sajttal	1 656,83	396,37	15,08	15,78	11,62	47,96	0,00	2,06	1,7
			Friss saláta	20,91	5,00	0,36	0,07	0,00	0,73	0,00	0,01	
			Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01	
2026. 09. 02. szerda	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E										
			Csontleves G	34,12	8,16	0,45	0,32	0,00	0,90	0,00	0,37	9
			Csirkepaprikás G	903,92	216,25	20,07	11,30	3,48	8,29	0,00	1,79	1,7
			Szarvacska tészta G	972,57	232,67	8,40	3,85	0,57	40,82	0,00	1,72	1
			Csigatészta levesbetét (S) G	40,97	9,80	0,43	0,13	0,02	1,73	0,00	0,02	1
			Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01	
			Reszelt csirkemáj G	181,69	43,47	3,89	2,19	0,43	1,98	0,00	0,11	1
			Bulgur köret G	237,44	56,80	1,72	1,16	0,14	10,63	0,01	0,29	1,(10)
			Csalamádé	8,32	1,99	0,11	0,02	0,00	0,34	0,00	0,09	(12)
			Friss saláta	33,13	7,93	0,42	0,10	0,00	1,28	0,08	0,01	9
			Teljes kiőrlésű kenyér	102,31	24,48	0,85	0,08	0,01	5,06	0,35	0,12	1
2026. 09. 03. csütörtök	(00484) Gyermekek (15-18 év)	E										
			Gyümölcsleves G	365,92	87,54	0,64	2,78	1,37	14,59	7,64	0,01	7
			Rakott burgonya G	1 698,00	406,22	15,46	24,89	9,32	29,11	0,00	1,37	3,7
			Céklasaláta	53,08	12,70	0,26	0,02	0,00	2,78	2,78	0,25	
			Sajttal töltött hal	303,16	72,53	4,09	2,42	0,00	8,01	0,00	0,00	1,4,7,9,(2),
			Petrezselymes rizs G	412,65	98,72	1,95	1,75	0,20	18,68	0,03	0,68	(10)
			Alma	72,71	17,39	0,20	0,20	0,00	3,50	0,00	0,01	
			Friss saláta	44,99	10,76	0,35	0,60	0,08	0,95	0,00	0,01	
			Teljes kiőrlésű kenyér	102,31	24,48	0,85	0,08	0,01	5,06	0,35	0,12	1
04. k	t) i-18 év)	E										
			Gulyásleves	438,50	104,90	6,52	5,10	1,08	7,97	0,00	0,89	1,3,9
			Tejbedara G	1 134,92	271,52	8,32	9,09	3,91	38,78	15,53	0,55	1,7
			Fahéj szórás G	234,12	56,01	0,02	0,02	0,01	13,87	13,43	0,00	

2026.08.28. 11:41:21 | QB - Élelem

Félbarna kenyér	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
Tejfölös túró	248,23	59,38	3,94	4,16	2,16	1,48	0,00	0,24	7
Tésztaköret, spagetti	678,98	162,44	6,00	2,34	0,36	29,16	0,00	0,64	1
Porcukor G	100,70	24,09	0,00	0,00	0,00	5,99	5,99	0,00	
Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
Friss saláta	17,77	4,25	0,25	0,05	0,00	0,69	0,00	0,02	

2026.08.28. 11:41:21 | QB - Élelem

2026.08.28. 11:41:21 | QB - Élelem