



Tételes étlap 2025.12.08. - 2025.12.14.													
	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. 12. 08. hétfő	(00481) Gyermekek (ovis)	E	Lebbencs leves	353,96	84,68	2,28	1,71	0,18	14,76	0,00	1,22	 	
			Csirke nuggets	43,84	10,49	0,47	0,51	0,15	0,98	0,04	0,06	 	
			Zöldborsó főzelék	680,52	162,80	8,26	3,99	0,76	23,10	5,00	1,27	 	
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	  	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Sajt	187,49	44,85	3,32	3,37	2,14	0,19	0,00	0,29	 	
			Margarin	46,50	11,12	0,00	1,23	0,33	0,01	0,00	0,07		
			Zsemle	462,50	110,65	3,81	0,29	0,00	23,09	0,00	0,64		
			Jégcsap retek	12,18	2,91	0,24	0,02	0,00	0,44	0,00	0,03		
		V	Gyümölcsös teafű	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Gépsonka	98,22	23,50	3,39	1,07	0,36	0,06	0,00	0,17		
			Margarin	46,50	11,12	0,00	1,23	0,33	0,01	0,00	0,07		
			Barna zsemle	532,64	127,43	5,00	0,89	0,00	24,70	0,00	0,58		
				Összesen:	3 042,24	727,80	31,09	15,11	4,25	115,26	5,04	5,21	





2025. 12. 09. kedd	(00481) Gyermekek (ovis)	E	Csontleves	122,17	29,23	1,59	1,25	0,01	3,00	0,00	1,25	 	
			Csigatészta levesbetét (S)	204,83	49,00	2,13	0,63	0,11	8,66	0,00	0,09		
			Tejszínes-parajos penne	1 149,75	275,06	9,53	7,38	7,43	42,31	0,00	1,28	  	
			Füstölt sajt	172,62	41,30	2,68	3,28	1,93	0,23	0,00	0,35	 	
			müzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00	   	
		U	Pecsenyezsír	432,46	103,46	2,55	10,08	3,72	0,51	0,00	0,51		
			Félbarna kenyér	486,49	116,38	4,41	0,45	0,00	23,54	0,00	0,90	  	
			Savanyú káposzta	24,95	5,97	0,33	0,06	0,00	1,02	0,00	0,27		
		V	Tej 1,5%	304,29	72,80	5,10	2,25	1,22	7,95	0,00	0,20		
			Briós	842,24	201,49	5,31	4,73	1,95	34,18	8,43	0,47	  	
		Összesen:	4 060,68	971,46	34,83	32,91	16,37	133,00	8,43	5,32			
2025. 12. 10. szerda	(00481) Gyermekek (ovis)	E	Daragaluska leves	306,56	73,34	1,90	3,53	0,45	8,30	0,00	1,20	   	
			Csirkepörkölt	556,95	133,24	11,55	6,90	1,13	6,04	0,00	1,13	 	
			Burgonyafőzelék	611,52	146,30	3,80	3,27	1,54	24,86	0,00	1,21	  	
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	  	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Párizsi	133,69	31,98	1,79	2,73	1,03	0,03	0,00	0,34		
			Margarin	46,50	11,12	0,00	1,23	0,33	0,01	0,00	0,07		





2025. 12. 10. szerda	(00481) Gyermekek (ovis)	U	Rozskenyér	484,22	115,84	4,55	0,81	0,14	22,46	0,00	0,53		
			Sárgarépa	33,63	8,04	0,24	0,04	0,01	1,62	0,00	0,06		
		V	Gyümölcsös teafű	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Halkrém	534,50	127,87	3,37	12,22	1,93	0,96	0,00	0,22		
			Teljeskiőrlésű zsemle	532,64	127,43	5,00	0,89	0,00	24,70	0,00	0,58		
			Zöldpaprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	3 834,48	917,33	36,76	32,48	6,56	117,50	0,00	6,15		
2025. 12. 11. csütörtök	(00481) Gyermekek (ovis)	E	Paradicsomleves	498,32	119,22	2,29	3,20	0,34	20,15	9,99	1,21		
			Bácskai rizseshús	1 250,87	299,25	14,83	8,44	1,95	40,62	0,00	2,09		
			Céklasaláta	79,61	19,05	0,39	0,03	0,00	4,17	4,17	0,37		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Kakaóscsiga	537,50	128,59	1,90	6,15	0,00	15,45	0,00	0,00		
		V	Gyümölcsös teafű	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Padlizsánkrém	1,34	0,32	0,02	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00		
			Rozskenyér	484,22	115,84	4,55	0,81	0,14	22,46	0,00	0,53		
			Összesen:	2 997,32	717,07	24,38	19,04	2,43	109,90	14,16	4,21		





2025. 12. 12. péntek	(00481) Gyermekek (ovis)	E	Kelkáposztaleves	669,06	160,06	3,97	9,26	2,51	14,88	0,00	1,57	   	
			Tészta túrós tésztához	1 001,11	239,50	7,50	3,68	0,32	43,80	0,00	1,97		
			Tejföl öntet	141,44	33,84	0,67	3,08	1,56	0,84	0,00	0,51		
			Tehéntúró	239,57	57,31	6,48	2,80	1,52	1,48	0,00	0,02		
			Porcukor	251,75	60,23	0,00	0,00	0,00	14,99	14,99	0,00		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		U	Kockasajt	251,83	60,25	3,34	5,00	2,97	0,40	0,00	0,56	 	
			Stangli	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00	   	
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		V	Tej 1,5%	304,29	72,80	5,10	2,25	1,22	7,95	0,00	0,20		
			Kalács	842,58	201,57	5,90	5,26	2,16	32,43	0,32	0,00	   	
			Összesen:	4 397,41	1 052,02	38,46	32,25	12,26	150,26	15,31	5,85		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

