

"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|--|-------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2024. 11. 04. hétfő (00484) Gyermek (15-18 év) | E Frankfurti leves | 1 004,29 | 240,26 | 8,82 | 17,06 | 5,14 | 12,66 | 0,05 | 3,85 | | |
| | Bolognai spagetti | 2 279,58 | 545,35 | 34,64 | 20,07 | 8,05 | 55,88 | 0,00 | 1,75 | | |
| | Összesen: | 3 283,87 | 785,61 | 43,46 | 37,13 | 13,19 | 68,54 | 0,05 | 5,60 | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 2024. 11. 05. kedd (00484) Gyermek (15-18 év) | E Meggyleves | 908,56 | 217,36 | 2,41 | 4,53 | 2,03 | 40,42 | 24,98 | 0,50 | | |
| | Brassói aprópecsenye | 3 062,84 | 732,74 | 23,70 | 42,19 | 11,67 | 62,52 | 0,00 | 2,01 | | |
| | Sült burgonya | 1 330,70 | 318,35 | 6,25 | 9,78 | 1,12 | 50,00 | 0,00 | 2,98 | | |
| | Banán | 351,02 | 83,98 | 1,04 | 0,08 | 0,00 | 19,36 | 0,00 | 0,04 | | |
| | Összesen: | 5 653,12 | 1 352,43 | 33,40 | 56,58 | 14,82 | 172,30 | 24,98 | 5,53 | | |
| 2024. 11. 06. szerda (00484) Gyermek (15-18 év) | E Zöldségkrém leves | 980,44 | 234,56 | 3,97 | 17,16 | 4,74 | 15,84 | 0,05 | 3,20 | | |
| | Káposzta saláta | 158,97 | 38,03 | 1,83 | 0,28 | 0,03 | 6,73 | 0,00 | 2,99 | | |
| | Sajttal sült csirkemell | 472,13 | 112,95 | 20,85 | 2,96 | 1,59 | 0,60 | 0,00 | 1,11 | | |
| | Kukoricás rizs | 1 868,17 | 446,93 | 9,08 | 10,19 | 1,20 | 79,19 | 0,00 | 0,12 | | |
| | Összesen: | 3 479,71 | 832,47 | 35,73 | 30,59 | 7,56 | 102,36 | 0,05 | 7,42 | | |



"A" menü összetétel, részletes menü

| 2024. 11. 07. csütörtök (00484) Gyermek (15-18 év) | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|--|
| E | Csurgatott tojásleves | 541,12 | 129,45 | 3,26 | 9,03 | 1,22 | 8,63 | 0,00 | 0,14 | | | |
| | Lecsós virsli /konz/ isk | 1 938,85 | 463,84 | 18,13 | 37,78 | 12,27 | 12,24 | 3,00 | 6,36 | | | |
| | Tarhonya köret isk | 1 825,64 | 436,76 | 15,30 | 13,78 | 1,88 | 62,36 | 0,00 | 1,61 | | | |
| | Narancs | 173,11 | 41,41 | 0,60 | 0,20 | 0,00 | 8,50 | 0,00 | 0,01 | | | |
| Összesen: | | 4 478,72 | 1 071,46 | 37,29 | 60,79 | 15,37 | 91,73 | 3,00 | 8,12 | | | |
| 2024. 11. 08. péntek (00484) Gyermek (15-18 év) | | | | | | | | | | | | |
| E | Karalábéleves | 819,08 | 195,95 | 4,83 | 11,35 | 2,90 | 18,48 | 0,05 | 3,10 | | | |
| | Lekváros derelye mir isk | 1 481,08 | 354,33 | 8,32 | 10,84 | 1,06 | 54,18 | 5,00 | 2,70 | | | |
| | Túrós derelye mir isk | 1 563,47 | 374,04 | 8,31 | 10,84 | 1,06 | 59,09 | 9,99 | 0,29 | | | |
| Összesen: | | 3 863,63 | 924,32 | 21,46 | 33,03 | 5,02 | 131,75 | 15,04 | 6,09 | | | |

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

