



"A" menü összetétel, részletes menü






Tételes étlap 2025.01.06. - 2025.01.12.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 06. hétfő (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Csontleves tésztabetéttel	517,88	123,89	6,02	3,93	0,59	16,51	0,05	0,28		
		Sült virsli	1 338,65	320,25	15,00	28,64	9,72	0,24	0,00	1,80		
		Lencsefőzelék	3 216,96	769,61	42,18	20,77	4,77	102,59	3,00	2,99		
	V	Túrópuding isk	2 934,91	702,13	53,32	26,99	13,38	60,66	0,00	3,76		
		Eper öntet	451,08	107,91	0,82	0,43	0,00	24,00	15,98	0,01		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:			8 604,89	2 058,58	117,74	81,16	28,46	211,00	19,03	8,85	
2025. 01. 07. kedd (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Marhapörkölt	1 543,11	369,17	23,91	21,65	2,23	6,19	0,00	0,27		
		Zeller krémleves	629,26	150,54	3,18	10,87	2,93	9,72	0,05	2,97		
		Tarhonya köret	1 825,64	436,76	15,30	13,78	1,88	62,36	0,00	1,61		
		Narancs	155,80	37,27	0,54	0,18	0,00	7,65	0,00	0,01		
	V	Natúr sertésborda	1 235,78	295,64	26,03	19,08	4,55	4,60	0,00	2,26		
		Morzás karfiol	753,80	180,33	7,52	8,18	2,06	19,01	0,02	2,17		
		Sajtmártás	2 344,70	560,93	22,81	37,69	17,10	31,95	0,00	0,66		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
Összesen:			8 661,20	2 072,05	99,89	111,63	30,75	149,98	0,07	9,96		





"A" menü összetétel, részletes menü

2025. 01. 08. szerda (00484) Gyermek (15-18 év)												
E	Egresleves	852,91	204,05	2,25	4,25	2,07	38,02	24,98	0,50	 		
	Rizi-bizi	1 595,04	381,59	9,41	9,84	1,14	63,42	0,05	0,11			
	Reszelt csirkemáj	836,68	200,16	16,60	12,38	2,23	5,34	0,00	0,35			
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	0,90			
	V	Vagdalt (Stefania) isk	1 269,42	303,69	15,90	21,32	3,89	11,54	0,22	0,78	 	
	Finomfőzelék	1 876,20	448,85	13,88	14,71	2,94	64,07	9,99	1,58	 		
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00			
Összesen:		6 660,75	1 593,49	59,10	62,86	12,27	193,75	35,24	4,22			
2025. 01. 09. csütörtök (00484) Gyermek (15-18 év)												
E	Brokkolikrémleves mir.	921,67	220,50	6,48	16,30	4,96	11,86	0,05	3,04	  		
	Tört burgonya	1 400,87	335,14	6,25	11,64	1,33	50,00	0,00	3,96			
	Banán	394,89	94,47	1,17	0,09	0,00	21,78	0,00	0,05			
	Svéd húsgombóc +áfonyalekvár	4 727,89	1 131,07	29,34	86,50	23,62	50,17	24,92	0,54	     		
V	Rakott burgonya	2 908,97	695,92	22,46	36,40	11,50	67,61	0,00	4,07	  		
	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
Összesen:		10 793,06	2 582,07	67,00	151,03	41,41	225,62	24,97	11,72			





"A" menü összetétel, részletes menü

2025. 01. 10. péntek (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Karfiolleves	818,29	195,76	5,48	11,55	2,97	17,39	0,05	3,01		
		Tonhalas-zöldséges rizottó	2 921,58	698,94	37,69	12,40	1,33	108,30	0,00	0,45		
	V	Rántott sajt	3 459,50	827,63	33,51	52,91	18,41	53,37	0,00	1,44		
		Petrezselymes rizs	1 087,42	260,15	4,86	5,75	0,67	46,92	0,00	2,95		
		Tartármárt/kész majonézből/isk	1 161,25	277,81	1,32	28,48	5,53	3,68	2,00	0,06		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	9 593,45	2 295,08	83,26	111,49	28,91	236,66	2,05	7,92		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

