



"A" menü összetétel, részletes menü

Tételes étlap 2025.01.13. - 2025.01.19.

	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. 13. hétfő (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Zöldborsóleves mir.	1 240,67	296,81	10,23	12,68	2,13	35,03	0,05	0,24		
		Csirkepaprikás	1 270,60	303,97	26,95	17,95	3,92	8,36	0,02	0,01		
		Tészta köret	1 850,76	442,76	15,00	9,90	1,36	72,90	0,00	5,54		
	V	Székely fasírt	1 778,20	425,40	19,24	34,46	5,66	8,91	0,00	0,30		
		Burgonya főzelék isk	1 787,92	427,73	10,13	16,25	3,89	59,08	0,00	1,01		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	Összesen:			8 366,92	2 001,64	82,85	91,34	16,96	208,48	0,07	7,16	
2025. 01. 14. kedd (00484) Gyermek (15-18 év)	E	Gulyásleves	2 087,36	499,37	25,27	23,80	4,51	34,29	0,05	0,71		
		Vagdalt (Stefania) isk	1 269,42	303,69	15,90	21,32	3,89	11,54	0,22	0,78		
		Zöldbabfőzelék	1 747,00	417,94	10,79	26,84	6,03	32,56	0,02	0,01		
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
	V	Rizszeshús	2 957,75	707,60	24,53	38,14	10,15	65,68	0,00	0,21		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:			8 294,19	1 984,26	77,13	110,74	24,58	155,27	0,29	1,73	





"A" menü összetétel, részletes menü

2025. 01. 15. szerda (00484) Gyermek (15-18 év)		2025. 01. 16. csütörtök (00484) Gyermek (15-18 év)		2025. 01. 17. péntek (00484) Gyermek (15-18 év)							
E	Almaleves	885,94	211,95	1,90	4,11	2,06	40,86	24,98	0,49		
	Burgonyapüré	1 444,35	345,54	9,67	8,90	3,10	55,33	0,00	1,09		
	Mandarin	117,59	28,13	0,42	0,18	0,00	5,88	0,00	0,00		
	Sült csirkecomb	1 696,72	405,91	50,29	21,77	4,21	1,72	0,00	4,92		
V	Csirketokány	990,06	236,86	28,10	11,53	3,35	4,91	0,00	0,68		
	Tészta köret	1 850,76	442,76	15,00	9,90	1,36	72,90	0,00	1,60		
	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	Összesen:	7 158,53	1 712,56	105,98	56,59	14,08	190,10	24,98	8,79		
E	Vegyes gyümölcsleves	891,95	213,39	2,29	4,26	2,07	40,51	24,98	0,49		
	Paprikásburg virslivel	2 915,70	697,54	22,46	35,98	11,07	68,99	0,00	2,02		
	Csemege uborka	34,52	8,26	0,36	0,06	0,00	1,56	0,00	0,90		
V	Háromsajtos rakott brokkoli	1 746,65	417,86	21,13	28,82	16,79	18,00	0,00	1,41		
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	Összesen:	5 784,80	1 383,94	46,94	69,42	29,93	138,86	24,98	4,82		
E	Fejtett bableves	1 795,47	429,54	19,60	19,92	5,96	43,02	0,07	1,97		
	Morzás nudli	3 457,32	827,11	23,08	4,69	0,62	168,98	24,98	0,45		
	Baracklekvár	604,15	144,53	0,25	0,00	0,00	35,65	31,15	0,00		
V	Rántott gomba (friss) isk	2 398,03	573,69	16,40	39,60	5,08	37,25	0,00	0,22		





"A" menü összetétel, részletes menü

2025. 01. 17. péntek	(00484) Gyermek (15- 10 év)	V	Párolt rizs	1 882,38	450,33	6,55	18,88	2,18	63,09	0,02	0,98		
			Tartármárt/kész majonézből/isk	1 161,25	277,81	1,32	28,48	5,53	3,68	2,00	0,06		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
			Összesen:	11 471,71	2 744,42	67,80	111,77	19,37	360,17	58,22	3,69		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

