



Tételes étlap 2025.10.20. - 2025.10.26.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhid rát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/20/2025 hétfő (00482) Gyermekek (7-10 év)	T		Csemege paprikás szalámi	413.11	98.83	3.92	9.16	3.22	0.06	0.00	0.80		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
			Jégsaláta	22.60	5.41	0.40	0.02	0.00	0.59	0.00	0.01		
	E		Nyírségi gombóclevés	817.77	195.64	20.53	3.69	2.23	19.40	4.64	0.85		
			Darásmetélt	1 727.69	413.32	13.32	7.32	1.11	73.05	0.00	0.44		
			Sárgabarackdzsem	329.29	78.78	0.12	0.00	0.00	19.35	19.35	0.01		
	U		Fonott kalács	842.58	201.57	5.90	5.26	2.17	32.43	3.82	0.52		
			Kakaó UHT	538.44	128.81	7.00	1.00	0.54	22.80	22.80	0.23		
				Összesen:	5 279.15	1 262.95	55.83	29.51	9.98	191.13	50.61	3.48	





10/21/2025 kedd (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Csirkemell sonka	138.35	33.10	7.41	0.30	0.07	0.15	0.00	0.08		
		Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
		Kígyóuborka	14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01		
		Fehér kenyér	548.52	131.23	5.00	0.40	0.15	26.75	1.87	0.06		
	E	Csontleves	510.71	122.18	5.40	2.56	0.38	19.44	0.00	0.55	  	
		Paradicsomos káposzta	1 249.88	299.01	7.63	5.71	0.66	53.58	19.98	0.79		
		Sertéssült	739.46	176.91	18.90	11.00	3.02	0.36	0.00	0.39		
		Teljes kiőrlésű kenyér	494.67	118.34	4.63	0.61	0.04	23.44	0.00	0.49		
	U	Kakaós csiga	1 321.02	316.03	5.23	19.41	6.65	29.74	11.72	0.61	     	
		Gyümölcszlé 100%	488.82	116.94	0.14	0.00	0.00	28.00	0.00	0.01		
		Összesen:	5 599.17	1 339.52	54.65	42.47	11.64	181.98	33.57	3.12		



10/22/2025	szerda (00482) Gyermekek (7-10 év)	T	Sertéspárizsi	267.37	63.96	3.57	5.46	2.06	0.06	0.00	0.02		
			Margarin	93.00	22.25	0.01	2.45	0.67	0.01	0.00	0.13		
			Zöldpaprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.58		
		E	Csurgatott tojás leves	493.09	117.96	3.94	6.51	1.03	10.75	0.00	0.05		
			Zöldborsós sertésragu	1 128.66	270.01	22.73	12.75	4.21	15.75	0.43	0.26		
			Párolt rizs	1 188.84	284.41	5.60	4.85	0.57	54.25	0.00	0.21		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		U	Lencsekrém	590.47	141.26	8.15	4.67	1.99	16.49	0.00	0.53		
			Jégسالáta	33.90	8.11	0.60	0.03	0.00	0.89	0.00	0.02		
			Császárszemle	753.71	180.31	6.20	0.46	0.17	37.62	0.00	1.04		
			Összesen:	5 312.63	1 270.95	57.12	38.40	10.74	171.85	0.43	2.85		

.....

Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

