



Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 15. hétfő (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Sárgaborsókrémleves levesgyönggyel	1 004,71	239,57	10,30	8,99	1,14	29,26	0,00	1,19		
		Milánói makaróni	2 485,52	594,55	31,98	26,99	10,12	58,31	0,00	1,40		
		Multivitaminos gyümölcslé	480,37	114,92	0,40	0,00	0,00	26,40	0,00	0,00		
		Összesen:	3 970,60	949,04	42,68	35,98	11,26	113,97	0,00	2,59		
2024. 04. 16. kedd (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Zöldségleves	260,13	61,75	2,80	0,61	0,06	11,12	0,00	1,26		
		Rakott sárgarépa	1 608,15	384,73	18,09	18,47	5,78	36,03	0,00	1,49		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	2 159,11	516,06	21,69	19,88	5,84	61,15	0,00	2,77		





2024. 04. 17. szerda (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Tojás leves	365,58	86,88	4,90	6,12	1,26	3,10	0,00	0,91		
		Fűszeres sült csirkecomb	1 355,58	324,30	41,98	16,39	3,30	1,82	0,00	2,05		
		Rizi-bizi	1 269,98	303,82	7,36	6,26	0,71	54,08	0,00	0,80		
		Körte befőtt	282,96	67,69	0,21	0,00	0,00	16,59	9,87	0,01		
		Összesen:	3 274,10	782,69	54,45	28,77	5,27	75,59	9,87	3,77		
2024. 04. 18. csütörtök (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Tarhonyaleves	515,87	122,14	3,19	2,61	0,28	21,42	0,00	0,98		
		Kelkáposzta főzelék	724,59	173,34	7,01	4,30	0,54	26,18	0,00	1,01		
		Sertéspörkölt	622,03	148,81	12,22	9,85	2,22	2,58	0,00	1,07		
		Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,60		
		Bombi puszedli	597,47	0,00	2,89	1,82	0,57	28,58	14,76	0,02		
	Összesen:	2 892,39	547,74	29,23	18,98	3,61	99,68	14,76	3,68			





2024. 04. 19. péntek (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Meggylevés	595,39	122,34	1,68	3,76	3,78	24,56	8,39	0,82		
		Panírozott halrudacsok	881,92	210,98	11,90	7,04	0,00	23,30	0,00	0,00		
		Főtt burgonya	783,90	187,54	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,81		
		Tartármártás	990,74	237,02	0,84	25,56	4,49	0,62	0,00	0,06		
		Összesen:	3 251,95	757,88	19,42	36,76	8,32	88,48	8,39	1,69		

.....
élelmészvezető

