



## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 04. 22. hétfő	(00121)	Általános iskola 7-14 éves*	E	Zöldséges karfiolleves	133,26	31,40	2,23	0,40	0,04	4,78	0,00	1,16		
			Túrós csusza	2 100,75	502,57	23,28	19,88	7,67	57,04	0,00	0,86			
			Banán	526,53	125,96	1,56	0,12	0,00	29,04	0,00	0,07			
			Összesen:	2 760,54	659,93	27,07	20,40	7,71	90,86	0,00	2,09			
2024. 04. 23. kedd	(00121)	Általános iskola 7-14 éves*	E	Zöldségleves	139,60	32,92	1,67	0,35	0,00	5,63	0,00	1,22		
			grízgaluskával	283,54	67,83	1,87	2,33	0,78	9,77	0,00	0,00			
			Csirkemáj pörkölt	836,14	199,66	21,36	9,95	2,19	5,92	0,00	0,36			
			Főtt burgonya	783,90	187,54	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,81			
			Ecetes cékla	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74			
			Összesen:	2 202,41	526,04	30,69	13,09	3,02	69,67	4,80	3,13			





2024. 04. 24. szerda (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Csirkeraguleves	692,25	165,13	17,82	4,78	0,61	12,44	0,00	0,95		
		Tejbedara	1 607,86	384,66	14,15	8,82	4,56	61,71	14,99	0,83		
		Gyümölcsöntet	155,11	37,11	0,15	0,00	0,00	9,00	7,80	0,02		
		Összesen:	2 455,22	586,90	32,12	13,60	5,17	83,15	22,79	1,80		
2024. 04. 25. csütörtök (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Csontleves	458,34	108,94	5,00	1,33	0,14	17,10	0,00	1,40		
		Rántott pulykamell	1 247,64	298,48	21,70	14,46	3,62	20,06	0,00	1,14		
		Párolt zöldség	734,34	175,68	7,90	4,31	0,42	25,00	0,00	0,00		
		Összesen:	2 440,32	583,10	34,60	20,10	4,18	62,16	0,00	2,54		





2024. 04. 26. péntek (00121) Általános iskola 7-14 éves*	E	Babgulyás	1 317,38	314,37	23,02	9,38	2,22	34,38	0,00	1,50		
		Masánszky rizsfelfújt	1 800,26	430,68	14,34		4,42	85,54	10,86	0,73		
		Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	0,75		
		Összesen:	3 658,18	874,37	42,26	178,14	6,64	146,07	10,86	2,98		

.....  
élelmezésvezető

