



Tételes étlap 2025.04.28. - 2025.05.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/28/2025 hétfő (00122) Iskola alsó 7-10 év	R Kakaós csiga	11 900.00	2 846.89	63.60	49.20	22.70	566.50	208.00	6.20		
	T Kenőmájaskrém 7-10	93.23	22.27	0.08	2.42	0.67	0.02	0.00	0.04		
	Graham kenyér	499.51	119.50	4.25	6.50	0.28	21.11	1.90	0.69		
	Zöldpaprika**	32.76	7.83	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
	E Burgonyagombóc leves 7-10	342.92	81.98	2.46	0.91	0.14	15.74	0.00	0.10		
	Sertés pörkölt 7-10	902.11	215.49	12.69	17.10	6.00	2.51	0.00	0.14		
	Tökfőzelék 7-10	415.78	99.33	3.77	2.67	1.18	14.96	1.32	0.09		
	Kenyér**	431.37	103.20	3.50	0.37	0.12	21.28	1.40	0.60		
	Alma**	145.41	30.95	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.00		
	Összesen:	14 763.09	3 527.44	91.23	79.69	31.09	650.32	212.62	7.86		
4/29/2025 kedd (00122) Iskola alsó 7-10 év	T sonkakerém házi 7-10	211.97	50.64	1.07	5.07	1.42	0.14	0.06	0.20		
	Graham kenyér	499.51	119.50	4.25	6.50	0.28	21.11	1.90	0.69		
	Uborka**	19.65	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.00		
	E Füstölt sajtos karfiolkremleve	189.04	45.22	1.70	0.59	0.12	8.07	0.02	0.10		
	Hentes tokány 7-10	879.38	210.07	11.66	16.66	5.82	3.18	0.00	0.32		





4/29/2025 kedd	(00122) Iskola alsó 7-10 év	E Tészta köret 7-10	882.86	210.87	8.83	2.52	0.40	38.06	0.00	1.24		
		U Ivójoghurt	694.32	165.84	5.59	5.79	3.13	22.45	22.45	0.49		
		Dinkelspitz	11 030.00	2 638.76	95.20	17.20	6.20	529.00	1.70	16.90		
		Összesen:	14 406.73	3 445.60	128.70	54.37	17.37	622.69	26.13	19.94		
4/30/2025 szerda	(00122) Iskola alsó 7-10 év	T Párizsi, sertés	445.62	106.43	5.95	9.10	3.44	0.10	0.00	1.13		
		Margarin (szendvics)	14.79	3.54	0.00	0.40	0.12	0.00	0.00	0.00		
		Graham kenyér	499.51	119.50	4.25	6.50	0.28	21.11	1.90	0.69		
		Uborka**	24.57	5.87	0.50	0.05	0.00	0.85	0.00	0.00		
		E Karalábé leves 7-10	83.50	19.98	0.79	0.29	0.03	3.42	0.00	0.02		
		Carbonara spagetti 7-10	1 169.00	279.30	14.57	20.43	8.10	8.84	0.00	1.41		
		Alma**	145.41	30.95	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.00		
Összesen:	2 382.40	565.57	26.46	37.17	11.97	41.32	1.90	3.25				

