



Tételes étlap 2025.09.22. - 2025.09.28.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/22/2025 hétfő	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Zöldborsó krémleves 15-18	498.70	119.23	7.54	2.12	1.04	17.17	0.00	0.24		
			Levesgyöngy 18%	92.00	22.00	0.33	1.32	0.06	1.68	0.00	0.00		
			Rizseshús15-18	2 283.70	545.97	21.27	21.36	7.07	66.57	0.00	0.18		
			Svanyú	47.66	11.40	0.97	0.09	0.03	1.64	0.00	2.98		
			Összesen:	2 922.06	698.60	30.11	24.89	8.20	87.06	0.00	3.40		
9/23/2025 kedd	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	zöldbableves	281.18	67.23	2.69	0.99	0.12	11.62	0.00	0.03		
			Húsgombóc	1 303.66	311.54	15.19	17.30	6.10	23.48	0.00	0.17		
			Paradicsom mártás	563.90	134.84	2.73	0.99	0.13	28.62	14.99	0.03		
			Burgonya sós féladag	587.92	140.65	3.75	0.30	0.04	30.00	0.00	0.29		
			Összesen:	2 736.66	654.26	24.36	19.58	6.39	93.72	14.99	0.52		
9/24/2025 szerda	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Zöldségleves 15-18	750.74	179.60	7.43	1.09	0.12	34.61	0.00	0.03		
			Szilva	129.54	30.99	0.64	0.80	0.00	4.80	0.00	0.00		
			Rakott rózsa	2 029.35	485.01	25.15	26.61	10.15	35.73	0.00	0.17		
			Összesen:	2 909.63	695.60	33.22	28.50	10.27	75.14	0.00	0.20		





9/25/2025 csütörtök (00140) Középisk.étr.15évtől	E	Hamisgulyás15-18	444.82	106.42	2.94	0.94	0.10	21.02	0.00	0.04		
		Köményes sertéssült	691.54	165.18	21.01	8.76	2.96	0.47	0.01	0.24		
		Szárzababfőzelék 15-18	1 645.44	393.02	23.19	4.84	1.92	63.85	0.00	0.15		
		Kenyér**	431.37	103.20	3.50	0.37	0.12	21.28	1.40	0.60		
		Összesen:	3 213.17	767.82	50.64	14.91	5.10	106.62	1.41	1.03		
9/26/2025 péntek (00140) Középisk.étr.15évtől	E	Frankfurti leves	736.44	176.02	8.77	8.18	3.06	16.48	0.00	0.80		
		Gombapörkölt 15-18	364.25	87.14	9.70	1.17	0.15	9.30	0.00	0.33		
		Török rizs 15-18	1 521.83	363.63	9.84	11.03	3.88	60.70	0.00	0.53		
		Svanyú	38.13	9.12	0.77	0.07	0.02	1.31	0.00	2.38		
		Összesen:	2 660.65	635.91	29.08	20.45	7.11	87.79	0.00	4.04		

