



Tételes étlap 2026.03.30. - 2026.04.05.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/30/2026 hétfő	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Halleves halgaluskával *	709.23	169.48	9.18	6.16	1.18	19.24	0.11	0.53		
			Pásztor tarhonya *	2 500.19	597.37	24.12	28.55	7.46	60.32	0.31	0.75		
			Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98		
			Összesen:	3 257.09	778.25	34.27	34.81	8.67	81.21	0.42	4.26		
3/31/2026 kedd	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Hamisgulyás *	812.55	194.36	4.15	7.26	0.99	27.54	0.99	0.31		
			Sült kolbász	360.72	86.30	1.80	8.63	2.20	0.31	0.00	0.27		
			Szárazbabfőzelék *	1 577.95	377.03	17.99	11.77	2.15	49.44	0.12	0.32		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
			Összesen:	3 190.04	762.67	27.94	27.98	5.46	98.69	2.61	1.43		
4/1/2026 szerda	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Zöldbaleves mir*	911.63	155.29	6.36	8.65	1.22	32.92	1.93	0.37		
			Taco-barbecue csirke*	576.12	137.61	29.69	1.34	0.31	1.55	1.93	0.29		
			Török rizs *	1 391.77	332.49	10.45	5.77	0.73	64.49	0.00	0.33		
			Bombi, puszedli	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
			Összesen:	2 879.52	625.39	46.50	15.76	2.26	98.96	3.86	0.99		

