



### Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/4/2026 hétfő	(00140) Középkisk.étr.15évtől	E Kolbászos krumplileves15-18	695.95	166.42	4.85	8.46	2.10	17.15	0.91	0.64		
		Pipi-ropogós	1 800.11	429.60	7.70	41.84	3.17	0.14	0.00	0.01		
		Finomfőzelék 15-18	1 376.50	329.12	12.22	11.24	1.84	44.10	5.00	0.14		
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		Összesen:	4 311.38	1 030.12	28.77	61.86	7.23	82.79	7.41	1.32		
5/5/2026 kedd	(00140) Középkisk.étr.15évtől	E Frankfurti leves *	1 002.64	239.72	9.04	14.56	3.98	17.63	1.15	1.05		
		Zöldséges sertésrizottó *	2 395.89	572.81	19.56	31.23	8.35	52.61	0.40	0.34		
		Svanyú	38.13	9.12	0.78	0.08	0.02	1.32	0.00	2.38		
		Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
		Összesen:	3 582.07	856.44	29.78	46.27	12.35	78.56	7.50	3.78		
5/6/2026 szerda	(00140) Középkisk.étr.15évtől	E Gyümölcs leves *	672.08	160.69	3.65	1.99	1.07	31.65	16.57	0.13		
		Csirkepörkölt *	1 216.29	290.65	32.30	15.38	2.82	5.47	0.00	0.55		
		Tészta köret *	1 736.67	414.91	14.72	11.22	1.47	63.44	0.00	2.24		
		Vegyesvágott	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.00		
		Összesen:	3 708.20	886.15	51.77	28.79	5.46	103.96	16.57	2.92		





<b>5/7/2026</b> <b>csütörtök</b> (00140) Középisk.étr.15évtől	<b>E</b>	Magyaros gombaleves *	357.96	85.64	2.23	4.84	0.54	8.11	1.54	0.34		
		Sertés sült (egyben sütve) *	1 011.31	241.63	25.28	15.29	4.10	0.64	0.13	0.45		
		Paradicsomos káposzta*	1 246.95	298.21	7.22	8.41	1.01	47.53	14.99	0.20		
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		Összesen:	3 055.04	730.46	38.73	28.86	5.77	77.68	18.16	1.52		
<b>5/8/2026</b> <b>péntek</b> (00140) Középisk.étr.15évtől	<b>E</b>	Gulyásleves 15-18	1 300.56	310.76	16.17	19.99	6.91	15.90	0.02	0.28		
		Nudli /zs.morzsa/15-18	857.89	205.01	5.55	2.37	0.25	39.82	0.18	1.37		
		Barackíz	241.66	57.81	0.10	0.00	0.00	14.26	14.26	0.00		
		Kenyér**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05		
		Összesen:	3 277.74	783.54	29.82	23.00	7.40	112.78	17.46	2.70		

