



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2026 kedd	Iskola alsó 7-10 év (00122)	T Magvas sajtkrém szendvics *	918.56	219.65	6.18	9.73	3.20	24.11	0.29	0.99		
		E Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
		zöldborsóleves 7-10*	516.98	123.64	4.71	4.10	0.47	16.68	0.28	0.20		
		Sajtos-tejfölös tészta 7-10 *	1 839.58	439.61	16.85	23.24	9.56	40.38	1.95	1.98		
		U Sonkás szendvics	979.87	234.41	6.01	13.94	3.96	22.10	1.95	0.80		
		Piskóta	1 595.07	379.78	6.93	9.35	2.59	66.98	0.00	0.00		
		Összesen:	5 995.47	1 431.88	41.08	60.76	19.78	177.25	10.42	3.98		
5/27/2026 szerda	Iskola alsó 7-10 év (00122)	T Mákos rigó	852.67	203.99	6.07	5.81	2.28	31.61	3.66	0.50		
		Margarin** ráma	531.22	126.88	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20		
		Méz kg-os**	136.75	32.72	0.04	0.00	0.00	8.10	8.10	0.00		
		E Fokhagymás babkémleves 7-10	589.47	140.81	8.68	2.12	0.52	21.31	0.14	0.33		
		Rántott hal 7-10	1 623.68	388.08	24.41	21.20	3.14	24.62	0.04	0.56		
		Zöldséges törökrizs 7-10*	1 280.07	305.85	9.43	7.32	0.80	54.35	0.00	0.08		
		Csemege uborka	34.52	8.26	0.36	0.06	0.00	1.56	0.00	0.00		
		U Párizsi felvágott szendvics	944.18	225.88	6.58	11.26	3.44	22.03	0.20	1.16		
		Összesen:	5 992.56	1 432.47	55.61	61.77	13.98	163.66	12.14	2.83		





5/28/2026 csütörtök	(00122) Iskola alsó 7-10 év	T	HOT - DOG	924.07	220.82	10.64	13.46	5.15	14.82	1.47	2.03		
		E	Húsroló 7-10 *	1 100.22	262.87	12.68	21.87	6.36	3.61	0.04	0.23		
			Rántott leves zsemlekockával7-	307.16	73.44	0.97	5.12	0.61	5.80	0.00	0.02		
			Burgonya főzelék 7-10 *	890.28	212.55	6.15	5.92	1.11	33.17	0.80	0.18		
			Kenyér**	438.81	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.49	0.52		
		U	Májkrémes szendvics	808.74	193.44	6.45	6.39	1.95	24.81	0.18	0.98		
	Összesen:	4 469.28	1 068.10	40.89	53.08	15.30	103.61	3.98	3.96				
5/29/2026 péntek	(00122) Iskola alsó 7-10 év	T	Tojáskrémés szendvics	899.61	215.09	7.09	8.65	2.35	24.51	0.49	0.85		
		E	Csokoládé, szeletes	884.10	211.51	3.40	17.48	0.00	26.04	0.00	0.00		
			Csontleves tésztab. 7-10 *	276.19	66.04	1.79	3.56	0.43	6.59	0.40	0.27		
			Milánói makaróni 7-10*	2 612.66	624.29	26.83	28.16	9.10	72.30	2.96	2.10		
		U	Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71		
			Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29		
	Összesen:	5 353.85	1 279.92	45.62	61.98	14.39	155.54	5.59	4.22				

