



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

| | Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 5/11/2026 hétfő | (00140) Középkisk.étr.15évtől | E Tarhonyaleves * | 1 008.40 | 241.09 | 7.49 | 6.79 | 1.93 | 36.97 | 1.93 | 0.53 | | |
| | | Sertés pörkölt * | 1 545.50 | 369.27 | 18.02 | 31.39 | 9.36 | 3.31 | 0.00 | 0.22 | | |
| | | Alma** | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 5.95 | 0.01 | | |
| | | Tökfőzelék * | 936.56 | 223.85 | 6.30 | 11.35 | 2.92 | 23.91 | 0.59 | 0.42 | | |
| | | Kenyér** | 438.82 | 104.98 | 4.00 | 0.32 | 0.12 | 21.40 | 1.50 | 0.53 | | |
| | | Összesen: | 4 074.69 | 973.98 | 36.21 | 50.25 | 14.33 | 92.59 | 9.97 | 1.71 | | |
| 5/12/2026 kedd | (00140) Középkisk.étr.15évtől | E Csirkemell gyros * | 952.27 | 227.58 | 32.12 | 10.59 | 1.39 | 0.75 | 0.40 | 0.44 | | |
| | | Török rizs * | 1 391.77 | 332.49 | 10.45 | 5.77 | 0.73 | 64.49 | 0.00 | 0.33 | | |
| | | Amerikai káposztasaláta * | 659.26 | 157.72 | 3.91 | 8.27 | 3.69 | 16.27 | 6.00 | 0.33 | | |
| | | Magyaros karfiollevés 15-18 * | 490.05 | 117.24 | 3.83 | 6.08 | 0.68 | 11.57 | 0.84 | 0.23 | | |
| | | Összesen: | 3 493.35 | 835.03 | 50.31 | 30.71 | 6.49 | 93.08 | 7.24 | 1.33 | | |
| 5/13/2026 szerda | (00140) Középkisk.étr.15évtől | E Húsleves * | 224.16 | 6.55 | 1.34 | 1.30 | 0.33 | 12.52 | 0.28 | 0.21 | | |
| | | Főtt sertéshús * | 798.84 | 190.80 | 25.20 | 9.72 | 3.46 | 0.48 | 0.00 | 0.25 | | |
| | | Vadasmártás * | 658.52 | 157.24 | 2.01 | 9.82 | 2.07 | 14.92 | 6.14 | 0.21 | | |
| | | Tészta köret * | 1 736.67 | 414.91 | 14.72 | 11.22 | 1.47 | 63.44 | 0.00 | 2.24 | | |
| | | Összesen: | 3 418.19 | 769.50 | 43.27 | 32.06 | 7.33 | 91.36 | 6.42 | 2.91 | | |





| | | | | | | | | | | | | |
|---|----------|------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|---|--|
| 5/14/2026 csütörtök (00140) Középisk.étr.15évtől | E | Édesburgonya krémleves 15-18 | 317.30 | 75.91 | 0.78 | 6.30 | 1.41 | 3.84 | 2.90 | 0.50 |   | |
| | | Rántott sertésszelet * | 1 526.71 | 364.79 | 25.62 | 18.89 | 4.32 | 22.75 | 0.06 | 0.68 |   | |
| | | Rizi-bizi 15-18 | 1 830.19 | 437.84 | 8.87 | 12.41 | 4.34 | 72.04 | 0.53 | 0.04 |  | |
| | | Svanyú | 47.67 | 11.40 | 0.97 | 0.10 | 0.03 | 1.65 | 0.00 | 2.98 |  | |
| | | Összesen: | 3 721.87 | 889.94 | 36.24 | 37.70 | 10.10 | 100.28 | 3.49 | 4.20 | | |
| 5/15/2026 péntek (00140) Középisk.étr.15évtől | E | Kenyér** | 438.82 | 104.98 | 4.00 | 0.32 | 0.12 | 21.40 | 1.50 | 0.53 |   | |
| | | Palócleves (friss) * | 1 583.65 | 378.45 | 16.65 | 26.84 | 8.27 | 16.90 | 1.06 | 0.68 |    | |
| | | Túrós-tejfölös tészta 15-18 | 2 857.23 | 683.30 | 24.77 | 30.28 | 10.54 | 77.17 | 3.05 | 0.56 |    | |
| | | Alma** | 145.41 | 34.79 | 0.40 | 0.40 | 0.00 | 7.00 | 5.95 | 0.01 | | |
| | | Összesen: | 5 025.11 | 1 201.52 | 45.82 | 57.84 | 18.93 | 122.47 | 11.56 | 1.78 | | |

