



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2026 kedd	(00140) Középkisk.étr.15évtől	E Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
		zöldborsóleves *	739.25	176.81	6.36	6.11	0.69	23.68	0.53	0.31		
		Sajtos-tejfölös tészta *	2 417.42	577.70	22.06	30.35	12.12	53.57	2.34	2.71		
		Összesen:	3 302.08	789.30	28.82	36.86	12.81	84.25	8.82	3.03		
5/27/2026 szerda	(00140) Középkisk.étr.15évtől	E Fokhagymás babkémleves	906.88	216.64	13.36	3.27	0.80	32.79	0.22	0.51		
		Rántott hal	2 460.13	588.00	36.99	32.12	4.76	37.31	0.06	0.85		
		Zöldséges törökrizs*	1 972.99	471.45	15.04	12.43	1.18	80.02	0.00	0.09		
		Csemege uborka	46.03	11.01	0.48	0.08	0.00	2.08	0.00	0.00		
Összesen:	5 386.03	1 287.10	65.87	47.90	6.74	152.20	0.28	1.45				
5/28/2026 csütörtök	(00140) Középkisk.étr.15évtől	E Húsroló 15-18	1 888.53	451.34	15.41	36.44	8.34	15.02	0.05	0.57		
		Rántott leves zsemlekockával15	307.16	73.44	0.97	5.12	0.61	5.80	0.00	0.02		
		Burgonya főzelék 15-18	1 607.29	384.34	10.52	10.89	2.52	59.90	1.99	0.15		
		Kenyér**	438.81	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.49	0.52		
Összesen:	4 241.79	1 014.10	30.90	52.77	11.59	102.12	3.53	1.26				





5/29/2026 péntek (00140) Középisk.étr.15évtől	E	Csokoládé, szeletes	884.10	211.51	3.40	17.48	0.00	26.04	0.00	0.00	
		Csontleves tésztabetéttel *	352.27	84.23	2.22	4.67	0.56	8.17	0.52	0.34	
		Milánói makaróni *	3 818.77	912.46	40.66	42.20	14.52	101.00	4.20	3.13	
		Összesen:	5 055.14	1 208.20	46.28	64.35	15.08	135.21	4.72	3.47	

