



Tételes étlap 2026.06.15. - 2026.06.21.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/15/2026 hétfő	(00140) Középkisk.é. 15évtől	E 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		
		Zöldborsófőzelék *	914.93	218.74	11.01	6.15	1.10	29.40	0.00	0.11		
		Lebbencsleves *	881.58	210.85	4.92	7.12	1.58	31.17	1.31	0.45		
		Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
		Összesen:	3 926.24	938.63	38.35	45.38	12.16	92.28	8.76	1.32		
6/16/2026 kedd	(00140) Középkisk.é. 15évtől	E Zöldségleves *	478.53	114.46	3.08	5.85	0.67	12.11	1.92	0.36		
		Mozzarellás csirkemell*	2 466.83	589.85	40.83	22.18	5.29	79.39	0.00	0.62		
		Kukoricás rizs *	1 708.84	408.81	6.77	10.15	1.56	72.12	0.53	0.30		
		Vegyesvágott	66.53	15.92	0.88	0.16	0.08	2.72	0.00	0.00		
		Összesen:	4 720.73	1 129.04	51.56	38.34	7.60	166.34	2.45	1.28		
6/17/2026 szerda	(00140) Középkisk.é. 15évtől	E Csontleves tésztabetéttel *	352.27	84.23	2.22	4.67	0.56	8.17	0.52	0.34		
		Rántott sertésszelet *	1 526.71	364.79	25.62	18.89	4.32	22.75	0.06	0.68		
		Zöldséges törökrisz*	1 972.99	471.45	15.04	12.43	1.18	80.02	0.00	0.09		
		Svanyú	38.13	9.12	0.78	0.08	0.02	1.32	0.00	2.38		
		Összesen:	3 890.10	929.59	43.66	36.07	6.08	112.26	0.58	3.49		



