



Tételes étlap 2026.08.31. - 2026.09.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2026 kedd	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Magyaros karfiolleves 15-18	713.36	170.66	5.58	6.61	0.90	21.94	0.84	0.24		
			Babérlev.-tejfölös pu.tokány *	1 044.85	249.70	19.45	16.71	4.44	5.11	0.39	0.30		
			Párolt rizsköret 15 felett *	1 864.91	446.15	6.70	10.23	1.65	81.30	0.66	0.20		
			Összesen:	3 623.12	866.51	31.73	33.55	6.99	108.35	1.89	0.74		
9/2/2026 szerda	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Burgonyaleves *	896.78	214.51	4.69	7.26	0.99	31.94	1.06	0.31		
			Milánói makaróni *	3 818.77	912.46	40.66	42.20	14.52	101.00	4.20	3.13		
			Szilva	129.54	30.99	0.64	0.80	0.00	4.80	0.00	0.00		
			Összesen:	4 845.09	1 157.96	45.99	50.26	15.51	137.74	5.26	3.44		
9/3/2026 csütörtök	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Gombaleves *	646.57	154.63	5.83	6.91	0.81	17.02	1.56	0.25		
			Sertés sült (egyben sütve) *	1 011.31	241.63	25.28	15.29	4.10	0.64	0.13	0.45		
			Zöldborsófőzelék *	914.93	218.74	11.01	6.15	1.10	29.40	0.00	0.11		
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
			Összesen:	3 011.63	719.98	46.12	28.67	6.13	68.46	3.19	1.34		





9/4/2026 péntek (00140) Középisk.étr.15évtől	E	Paradicsom leves *	830.29	198.60	3.19	7.02	0.79	30.37	15.04	0.20	  	
		Tarhonyáshús *	2 858.60	683.00	28.06	31.68	8.59	70.80	0.08	0.94	 	
		Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98		
		Összesen:	3 736.56	893.00	32.22	38.80	9.41	102.82	15.12	4.12		

