



Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/19/2026 hétfő	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Felvidéki tojásleves *	771.84	145.25	6.34	12.87	3.42	13.55	0.04	1.03	 	
			Tarhonyáshús *	2 858.60	683.00	28.06	31.68	8.59	70.80	0.08	0.94	 	
			Svanyú	38.13	9.12	0.78	0.08	0.02	1.32	0.00	2.38		
			Összesen:	3 668.57	837.37	35.18	44.63	12.03	85.67	0.12	4.35		
10/20/2026 kedd	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Lebbencsleves *	881.58	210.85	4.92	7.12	1.58	31.17	1.31	0.45	 	
			Kukoricás rizs *	1 708.84	408.81	6.77	10.15	1.56	72.12	0.53	0.30		
			cékla saláta!	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
			Rántott hal 15- 18	2 460.13	588.00	36.99	32.12	4.76	37.31	0.06	0.85	  	
			Összesen:	5 050.55	1 207.66	48.68	49.39	7.90	140.60	1.90	1.60		
10/21/2026 szerda	(00140) Középisk.étr.15évtől	E	Carbonara spagetti 15-18	4 105.00	981.49	33.66	57.31	15.26	81.57	1.10	2.26	      	
			Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Brokkolikrémleves 15-18	512.90	122.64	3.85	8.36	1.56	7.75	0.31	0.30	  	
			Összesen:	4 763.31	1 138.92	37.91	66.07	16.82	96.32	7.36	2.57		





10/22/2026 csütörtök (00140) Középisk.étr.15évtől	E	Zöldségleves *	478.53	114.46	3.08	5.85	0.67	12.11	1.92	0.36	  	
		Sült kolbász	360.72	86.30	1.80	8.63	2.20	0.31	0.00	0.27	  	
		Szárazbabfőzelék *	1 577.95	377.03	17.99	11.77	2.15	49.44	0.12	0.32	 	
		Kenyér**	438.81	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.49	0.52	 	
		Összesen:	2 856.01	682.77	26.87	26.57	5.14	83.26	3.53	1.47		

