



Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(00003) Diák háromszori étkezés Szt.István	R	Kakaó	768.95	183.96	10.40	5.33	3.20	23.06	23.89	0.37	7	
			Croissant (túrós), (1db=70g)	2 442.16	584.24	16.40	32.56	16.56	54.90	3.80	1.18	1,3,7	
		E	Jókai bablevés	1 639.24	392.16	17.58	23.45	9.00	21.47	2.55	1.71	1,3,6,7,9,(5),(8),(11)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	624.49	149.40	5.10	0.48	0.06	30.36	0.00	0.48	1,(6),(7)	
			Szilva töltelékes gombóc	2 326.80	556.65	13.40	11.15	3.52	98.15	3.25	1.90	1,3	
			Fahéjas szórat	336.38	80.47	0.01	0.00	0.00	20.05	19.98	0.00		
			Nektarin	2 048.20	490.00	4.00	0.00	0.00	114.00		0.00		
									100.13				
		V	Rácos harcsaszelet burgonyaágyon	2 342.10	560.31	22.11	25.10	9.35	65.00	1.98	0.44	1,4,7	
			Összesen:	12 528.32	2 997.19	89.00	98.07	41.69	426.99	155.58	6.08		
9/15/2026 kedd	(00003) Diák háromszori étkezés Szt.István	R	Citromos tea	98.02	23.45	0.27	0.01	0.00	5.18	5.15	0.00	12	
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 040.82	249.00	8.50	0.80	0.10	50.60	0.00	0.80	1,(6),(7)	
			Kaliforniai paprika	50.16	12.00	0.52	0.10	0.00	2.78	2.52	0.01		
			Csirkemell sonka	271.74	65.01	11.10	0.70	0.26	3.50	0.00	1.15	(1),(6),(7)	
			Vaj, 82% (Sole Mlzo), (100g)	62.03	14.84	0.01	1.64	1.06	0.01	0.00	0.00	7	
		E	Köménymag leves	330.42	79.05	1.77	3.08	0.37	8.41	0.44	0.22	1	
			Pirított kenyérkocka	225.72	54.00	0.80	3.20	1.50	5.30	0.32	0.12	1,(7)	
			Húsgombóc	1 169.16	279.70	16.08	15.87	5.51	15.89	0.02	0.21	3	
			Savanyú káposzta	533.67	127.67	3.32	6.63	2.39	13.15	1.24	4.23	1,12	
			Tejfölös öntet natúr	474.85	113.60	2.72	9.60	6.40	3.20	0.69	0.00	7,(1)	
			Teljes kiőrlésű kenyér	624.49	149.40	5.10	0.48	0.06	30.36	0.00	0.48	1,(6),(7)	
		V	Tarhonyás hús	2 607.00	623.69	31.61	19.40	6.89	83.20	4.90	0.21		
			Csemege uborka	40.96	9.80	0.42	0.07	0.07	1.82	1.33	1.82	10	





Quadro Byte Zrt



9/18/2026 péntek	(00003) Diák háromszori étkezés Szt. István	Diák há	V	Sárgaborsó főzelék	1 691.19	404.59	19.15	6.70	2.41	66.64	0.61	0.20	1,7	
				Füstölt főtt tarja	902.88	216.00	16.83	19.00	6.08	0.63	0.00	2.88		
				Összesen:	7 895.34	1 888.84	91.52	58.41	22.58	248.02	40.59	5.36		
			R	Tej (3dl)	722.30	172.80	9.90	8.40	5.70	14.40	15.90	0.30	7	
				Kakaós csiga (1db=70g)	2 364.20	565.60	7.76	27.16	13.86	70.42	24.92	1.06	1,3,5,6,7	
			E	Karotta krémleves	615.54	147.26	3.47	5.18	3.03	22.11	3.68	0.36	1,7	
				Pirított tökmag	516.65	123.60	6.00	9.80	1.74	2.20	0.26	0.00	(5),(8),(11)	
				Vega rakott karfiol sajttal	2 172.18	519.66	30.07	24.57	13.83	40.58	5.91	0.82	1,7,(3),(10)	
				Körte	326.04	78.00	0.60	0.00	0.00	18.00	15.30	0.00		
				Összesen:	6 716.91	1 606.92	57.80	75.11	38.16	167.71	65.97	2.54		

.....

Élelmezés

.....

vezető

Vezető

.....

dietetikus

Gazdaságvezető

