



**Barati Istvánné**

5000 Szolnok

Tiszaparti sétány 4.

# ÉTLAP

2026. 22. hét (2026.05.25. - 2026.05.31.)

Középiskolai

Korcsoport: 15 - 18 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.17] © Info-Set Kft.

2026.05.22. 8:55

1. / 1. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Ebéd - A</b>				
	<b>Álföldi húsoles</b>	<b>Paradicsom leves +</b>	<b>Brokkoli krémleves</b>	<b>Palóc leves +</b>
Tápanyag jellemzők	En: 242,0 kcal Zs: 16,1 g Tz: 0,5 g Fe: 11,5 g Sz: 13,2 g Cu: 2,3 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 85,3 kcal Zs: 5,4 g Tz: 2,1 g Fe: 3,7 g Sz: 5,4 g Cu: 2,2 g So: 0,2 g Hs: 0,1 g	En: 489,9 kcal Zs: 8,3 g Tz: 0,3 g Fe: 14,7 g Sz: 19,8 g Cu: 0,0 g So: 0,4 g Hs: 0,4 g
Allergének	zeller, glutén, tojás	glutén, zeller, tojás	glutén, tejjéle, zeller	glutén, zeller, tejjéle
	<b>Sertéstokány vadas módra</b>	<b>Mexikói sertésragu</b>	<b>Sült csirkecomb</b>	<b>Szilvás gombóc</b>
Tápanyag jellemzők	En: 720,3 kcal Zs: 12,6 g Tz: 0,2 g Fe: 21,6 g Sz: 4,9 g Cu: 0,2 g So: 0,9 g Hs: 0,8 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 369,4 kcal Zs: 28,3 g Tz: 6,4 g Fe: 26,7 g Sz: 1,9 g Cu: 1,0 g So: 3,1 g Hs: 1,4 g	En: 631,9 kcal Zs: 21,2 g Tz: 5,1 g Fe: 10,6 g Sz: 98,3 g Cu: 23,4 g So: 2,0 g Hs: -
Allergének	tejjéle, zeller, mustár	zeller	mustár, szója, zeller	glutén
	<b>Tészta köret</b>	<b>Párolt rizs +</b>	<b>Petrezselymes burgonya</b>	
Tápanyag jellemzők	En: 336,4 kcal Zs: 6,3 g Tz: 0,6 g Fe: 12,7 g Sz: 75,2 g Cu: - So: 0,7 g Hs: 0,1 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 275,9 kcal Zs: 4,7 g Tz: 0,6 g Fe: 6,4 g Sz: 50,4 g Cu: - So: 0,4 g Hs: 0,3 g	
Allergének	glutén, tojás	mustár, szója, zeller		
			<b>Vegyes vágott savanyúság</b>	
Tápanyag jellemzők			En: 11,3 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,9 g Cu: - So: 0,2 g Hs: -	
Allergének			szulfitek	

S Energia-A	0kcal	1298,7kcal	1155,31kcal	741,91kcal	1121,84kcal
-------------	-------	------------	-------------	------------	-------------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só

Az étlap változtatási jogát fenntartjuk!

Konyhavezető: Barati Istvánné     Dietetikus: Gál Péterné