



### Tételes étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

|                         | Diéta                          |   | Étlap tétel                   | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|-------------------------|--------------------------------|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2025. 05. 12.<br>hétfő  | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Reszelttészta leves *4-6év    | 1 229,02     | 294,02         | 9,32        | 8,43     | 1,27           | 42,05          | 0,00      | 4,18   |            |          |
|                         |                                |   | Zöldborsófőzelék LÉ.          | 1 080,32     | 258,45         | 6,41        | 14,72    | 1,85           | 24,65          | 2,40      | 0,94   |            |          |
|                         |                                |   | Vagdalt LÉ*                   | 820,53       | 196,30         | 9,79        | 14,89    | 4,55           | 5,56           | 0,00      | 1,30   |            |          |
|                         |                                |   | Müzli szelet *                | 320,88       | 76,77          | 1,20        | 2,80     | 0,00           | 11,60          | 0,00      | 0,00   |            |          |
|                         |                                |   | Összesen:                     | 3 450,75     | 825,54         | 26,72       | 40,84    | 7,67           | 83,86          | 2,40      | 6,42   |            |          |
| 2025. 05. 13.<br>kedd   | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Tárk. pulykaraguleves *LM     | 708,91       | 169,59         | 11,68       | 9,86     | 3,04           | 8,19           | 0,00      | 1,23   |            |          |
|                         |                                |   | Sajtos metélt*4-6évlisztQ     | 2 389,15     | 414,35         | 22,14       | 33,58    | 12,78          | 44,51          | 0,00      | 3,87   |            |          |
|                         |                                |   | Alma *                        | 145,41       | 34,79          | 0,40        | 0,40     | 0,00           | 7,00           | 0,00      | 0,01   |            |          |
|                         |                                |   | Összesen:                     | 3 243,47     | 618,73         | 34,22       | 43,84    | 15,82          | 59,70          | 0,00      | 5,11   |            |          |
| 2025. 05. 14.<br>szerda | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Zöldségleves mir.*4-6évLisztQ | 425,77       | 101,86         | 3,65        | 3,82     | 0,44           | 12,44          | 0,00      | 3,17   |            |          |
|                         |                                |   | Pirított csirkemáj 7-10év     | 1 497,35     | 358,22         | 40,83       | 16,81    | 3,96           | 10,45          | 0,00      | 1,83   |            |          |
|                         |                                |   | Párolt rizsköret 7-10év       | 1 707,00     | 408,37         | 8,09        | 6,81     | 0,80           | 78,01          | 0,00      | 1,89   |            |          |
|                         |                                |   | Savanyú uborka *              | 28,77        | 6,88           | 0,30        | 0,05     | 0,00           | 1,30           | 0,00      | 1,20   |            |          |
|                         |                                |   | Összesen:                     | 3 658,89     | 875,33         | 52,87       | 27,49    | 5,20           | 102,20         | 0,00      | 8,09   |            |          |





|                            |                                |   |                              |          |          |       |       |       |        |       |      |  |  |
|----------------------------|--------------------------------|---|------------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| 2025. 05. 15.<br>csütörtök | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Vegyes gyüm.levesmir. LÉ *   | 645,07   | 154,32   | 2,02  | 2,76  | 1,33  | 29,78  | 13,67 | 0,61 |  |  |
|                            |                                |   | Rántott hal LÉ *             | 1 262,35 | 301,99   | 1,47  | 28,49 | 3,34  | 9,55   | 0,00  | 2,37 |  |  |
|                            |                                |   | Tört burgonya * 7-10év       | 1 655,46 | 332,50   | 8,77  | 7,70  | 1,97  | 64,44  | 0,00  | 1,61 |  |  |
|                            |                                |   | Tartármártás*7-10év          | 1 317,04 | 315,08   | 1,27  | 32,16 | 5,61  | 4,76   | 3,00  | 1,59 |  |  |
|                            |                                |   | Összesen:                    | 4 879,92 | 1 103,89 | 13,53 | 71,11 | 12,25 | 108,53 | 16,67 | 6,18 |  |  |
| 2025. 05. 16.<br>péntek    | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Paradicsom leves LÉ.         | 639,49   | 148,43   | 2,32  | 5,99  | 0,64  | 22,23  | 8,99  | 1,42 |  |  |
|                            |                                |   | Majorannás sertés tokány LÉ. | 998,64   | 238,91   | 10,87 | 19,95 | 5,75  | 3,67   | 0,00  | 1,87 |  |  |
|                            |                                |   | Párolt rizsköret 7-10év      | 1 707,00 | 408,37   | 8,09  | 6,81  | 0,80  | 78,01  | 0,00  | 1,89 |  |  |
|                            |                                |   | Összesen:                    | 3 345,13 | 795,71   | 21,28 | 32,75 | 7,19  | 103,91 | 8,99  | 5,18 |  |  |

Kukla Imréné  
.....

Élelmezési  
osztályvezető

Szabó Orsolya  
.....

Vezető

Nagy Mónika  
.....

Gazdaságvezető  
dietetikus

