



Tételes étlap 2025.10.06. - 2025.10.12.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 10. 06. hétfő	(00035) Lisztmentes iskolás	E	Zöldborsófőzelék LÉ.	1 080,32	258,45	6,41	14,72	1,85	24,65	2,40	0,94		
			Reszelt tésztalev lakt, glu,	707,75	169,27	3,54	4,12	0,48	28,45	0,57	2,25	 	
			Sült csirkecomb	1 113,27	266,33	37,68	12,16	2,67	1,20	0,00	1,90	      	
			Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00		
			Összesen:	3 222,22	770,82	48,83	33,80	5,00	65,90	2,97	5,09		
2025. 10. 07. kedd	(00035) Lisztmentes iskolás	E	Húsgombóclevés 7-10év	660,21	150,76	8,22	8,55	2,88	9,79	0,00	2,99	  	
			Spenótos tejsz. tészta lisztQ	1 644,61	350,57	12,55	20,36	5,50	39,52	0,00	2,96	      	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	2 450,23	536,12	21,17	29,31	8,38	56,31	0,00	5,96		
2025. 10. 08. szerda	(00035) Lisztmentes iskolás	E	Paradicsom leves LÉ.	639,49	148,43	2,32	5,99	0,64	22,23	8,99	1,42	 	
			Rántott hal LÉ *	1 262,35	301,99	1,47	28,49	3,34	9,55	0,00	2,37	 	
			Burgonyapüré 7-10év	1 416,54	211,80	6,74	14,75	4,26	42,73	1,60	1,76		
			Tartármártás*7-10év	1 317,04	315,08	1,27	32,16	5,61	4,76	3,00	1,59	    	
			Összesen:	4 635,42	977,30	11,80	81,39	13,85	79,27	13,59	7,14		



2025. 10. 09. csütörtök (00035)	Lisztmentes iskolás	E	Zellerkrémleves mir. lisztQ	669,06	160,06	2,35	11,19	2,28	11,59	0,00	1,72	  	
			Tarhonyáshús ,LÉ *	1 440,82	299,13	11,72	25,83	6,42	12,76	0,00	1,01		
			Savanyú uborka *	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96		
			Összesen:	2 132,90	464,70	14,31	37,06	8,70	25,39	0,00	3,69		
2025. 10. 10. péntek (00035)	Lisztmentes iskolás	E	Lebbencsleves LÉ *	414,85	99,20	2,01	4,08	0,45	12,88	0,38	1,24	 	
			Lecsós pulyka apró 7-10év	1 585,10	379,21	23,83	26,48	6,99	10,90	0,00	2,08		
			Párolt rizsköret 7-10év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89	 	
			Összesen:	3 706,95	886,78	33,93	37,37	8,24	101,79	0,38	5,21		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

