



| Tételes étlap 2025.10.13. - 2025.10.19. |                                |   |                               |              |                |             |          |               |                |           |        |            |          |
|-----------------------------------------|--------------------------------|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|---------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
|                                         | 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. 13.<br>hétfő                  | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | SajtkrémlevesLm               | 1 444,42     | 216,92         | 11,60       | 25,31    | 9,18          | 17,41          | 0,00      | 1,67   |            |          |
|                                         |                                |   | Almamártás mir. LM.*          | 694,96       | 166,26         | 2,35        | 2,71     | 1,34          | 32,50          | 8,99      | 1,20   |            |          |
|                                         |                                |   | Sült csirkecomb 7-10év        | 1 410,59     | 337,46         | 46,09       | 16,11    | 3,42          | 1,61           | 0,00      | 2,98   |            |          |
|                                         |                                |   | Összesen:                     | 3 549,97     | 720,64         | 60,04       | 44,13    | 13,94         | 51,52          | 8,99      | 5,85   |            |          |
| 2025. 10. 14.<br>kedd                   | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Bakonyi Tarhonya leves lisztQ | 598,81       | 74,89          | 3,83        | 3,02     | 1,30          | 24,49          | 0,00      | 1,64   |            |          |
|                                         |                                |   | Alma *                        | 145,41       | 34,79          | 0,40        | 0,40     | 0,00          | 7,00           | 0,00      | 0,01   |            |          |
|                                         |                                |   | Sajtos metélt LÉ *            | 689,40       | 100,61         | 5,28        | 15,31    | 5,83          | 1,31           | 0,00      | 6,26   |            |          |
|                                         |                                |   | Összesen:                     | 1 433,62     | 210,29         | 9,51        | 18,73    | 7,13          | 32,80          | 0,00      | 7,91   |            |          |
| 2025. 10. 15.<br>szerda                 | (00035)<br>Lisztmentes iskolás | E | Tarhonyaleves LM              | 664,76       | 159,01         | 3,90        | 4,30     | 0,51          | 24,89          | 0,72      | 2,63   |            |          |
|                                         |                                |   | Paprikás burg. virsli *7-10év | 2 663,14     | 637,11         | 21,70       | 30,18    | 8,98          | 64,58          | 2,40      | 4,05   |            |          |
|                                         |                                |   | Savanyú uborka *              | 23,02        | 5,51           | 0,24        | 0,04     | 0,00          | 1,04           | 0,00      | 0,96   |            |          |
|                                         |                                |   | Összesen:                     | 3 350,92     | 801,63         | 25,84       | 34,52    | 9,49          | 90,51          | 3,12      | 7,64   |            |          |





|                                       |                     |   |                               |          |        |       |       |       |       |       |       |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|---------------------------------------|---------------------|---|-------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 2025. 10. 16.<br>csütörtök<br>(00035) | Lisztmentes iskolás | E | Zöldségleves LÉ.              | 239,88   | 57,36  | 1,38  | 3,11  | 0,36  | 5,56  | 0,00  | 2,61  |    |  |
|                                       |                     |   | Paradicsom mártás LÉ.         | 1 071,34 | 256,30 | 2,68  | 11,57 | 1,29  | 35,04 | 17,98 | 1,42  |                                                                                                                                                                          |  |
|                                       |                     |   | Húsgombóc (normál) *7-10év    | 1 682,80 | 402,58 | 20,65 | 24,73 | 8,72  | 23,53 | 0,00  | 2,46  |    |  |
|                                       |                     |   | Összesen:                     | 2 994,02 | 716,24 | 24,71 | 39,41 | 10,37 | 64,13 | 17,98 | 6,49  |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
| 2025. 10. 17.<br>péntek<br>(00035)    | Lisztmentes iskolás | E | Zöldborsóleves LÉ.*           | 593,10   | 141,86 | 5,28  | 6,30  | 0,71  | 15,41 | 0,00  | 1,85  |    |  |
|                                       |                     |   | Bakonyi sertésborda LÉ.*      | 1 348,35 | 322,57 | 27,33 | 20,00 | 6,15  | 7,90  | 0,00  | 2,17  |                                                                                       |  |
|                                       |                     |   | Tészta köret (klf.) 100 g LÉ. | 1 057,45 | 25,18  | 3,60  | 3,98  | 0,55  | 49,80 | 0,00  | 5,98  |                                                                                                                                                                          |  |
|                                       |                     |   | Összesen:                     | 2 998,90 | 489,61 | 36,21 | 30,28 | 7,41  | 73,11 | 0,00  | 10,00 |                                                                                                                                                                                                                                                             |  |

Fodor Mihály  
.....

Élelmezési  
osztályvezető

Szabó Orsolya  
.....

Vezető

Nagy Mónika  
.....

Gazdaságvezető  
dietetikus

