



Tételes étlap 2026.06.08. - 2026.06.14.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 06. 08. hétfő	(00035)	Lisztmentes iskolás	E	Csikós tokány*7-10év	2 020,11	483,28	17,24	41,87	13,70	8,76	0,00	0,99		
				Tészta köret (klf.) 100 g LÉ.	1 057,45	25,18	3,60	3,98	0,54	49,80	0,00	5,97		
				Cékla *	65,31	15,62	0,65	0,05	0,00	2,95	0,00	0,12		
				Paradicsom leves LÉ.	639,49	148,43	2,32	5,99	0,64	22,23	8,99	1,42		
			Összesen:	3 782,36	672,51	23,81	51,89	14,88	83,74	8,99	8,50			
2026. 06. 09. kedd	(00035)	Lisztmentes iskolás	E	Húsgombóclevés 7-10év	648,86	146,89	8,17	8,52	2,87	9,73	0,00	1,48		
				Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
				Mákos metélt LÉ.*	823,02	151,33	3,18	9,28	1,75	24,81	11,98	1,49		
				Összesen:	1 910,65	403,19	12,65	17,90	4,62	58,74	11,98	3,03		
2026. 06. 10. szerda	(00035)	Lisztmentes iskolás	E	Zöldborsólevés LÉ.*	592,62	141,75	5,28	6,03	0,71	17,04	0,40	1,63		
				Sült csirkecomb 7-10év	1 404,69	336,05	46,04	16,10	3,41	1,36	0,00	1,51		
				Kukoricás, rizs* 7-10év	1 618,15	387,12	8,28	7,38	0,88	71,44	0,00	0,51		
				Összesen:	3 615,46	864,92	59,60	29,51	5,00	89,84	0,40	3,65		





2026. 06. 11. csütörtök (00035)	Lisztmentes iskolás	E	Zöldbableves LÉ *mir*	547,42	130,95	2,88	6,02	1,61	15,93	1,20	2,03		
			Bolognai spagetti LM *	2 498,29	533,33	29,85	30,78	10,80	54,85	2,01	4,56		
			Összesen:	3 045,71	664,28	32,73	36,80	12,41	70,78	3,21	6,59		
2026. 06. 12. péntek (00035)	Lisztmentes iskolás	E	Hamisgulyásleves LÉ *	641,42	153,42	3,65	4,12	0,57	24,39	0,48	3,10		
			Rántott hal LÉ *	1 262,35	301,99	1,47	28,49	3,34	9,55	0,00	2,37		
			Párolt rizsköret 7-10év	1 706,45	407,08	8,11	6,81	0,80	78,14	0,00	1,17		
			Tartármártás*7-10év	1 317,04	315,08	1,27	32,16	5,61	4,76	3,00	0,61		
			Összesen:	4 927,26	1 177,57	14,50	71,58	10,32	116,84	3,48	7,25		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető

dietetikus

