Tételes étlap 2026.11.30. - 2026.12.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 11. 30. hétfő	(00035) Lisztmentes iskolás	**E**	köménymagos rántott leves LM	423,79	101,38	1,37	5,86	0,67	10,63	1,74	1,13	9,(1)	
			Almamártás mir. LM.*	694,96	166,14	2,35	2,70	1,34	32,49	10,08	1,20	7	
			Húsgombóc (normál) *7-10év	1 195,86	284,93	13,63	15,15	5,32	23,44	0,27	1,28	3,(1),(7),(10)	
			Összesen:	2 314,61	552,45	17,35	23,71	7,33	66,56	12,09	3,61		
2026. 12. 01. kedd	(00035) Lisztmentes iskolás	**E**	Májgaluska leves LÉ*	594,26	142,17	7,48	4,47	0,85	17,25	1,24	3,29	1,3,9	
			Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
			Tejbenrizs-szórás*7-10év	2 114,28	505,81	19,17	6,63	3,55	91,77	41,26	1,03	7,(1)	
			Összesen:	3 147,31	752,95	27,95	11,20	4,40	133,22	42,50	4,38		
2026. 12. 02. szerda	(00035) Lisztmentes iskolás	**E**	Hamisgulyásleves LÉ *	629,20	150,52	3,53	4,21	0,57	24,20	1,57	3,11	3,9,(1)	
			Zöldborsófőzelék LÉ.	1 080,31	258,45	6,41	14,71	1,85	24,64	4,07	0,94	7	
			Szárnyasvagdalt glutQ epés	751,28	179,73	13,46	11,88	2,66	4,53	0,03	1,02	3	
			Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00	1	
			Összesen:	2 781,67	665,47	24,60	33,60	5,08	64,97	5,67	5,07		
2026. 12. 03. csütörtök	(00035) Lisztmentes iskolás	**E**	Szilvaleves LM*	591,13	141,30	1,64	2,49	1,24	27,47	12,44	0,60	7	
			Pásztortarhonya 4-6évLM	3 203,40	766,37	34,51	23,21	8,15	111,08	9,06	3,39	1,9,(3)	
			Savanyuság csalamádé *	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)	
			Összesen:	3 836,11	917,62	36,70	25,80	9,39	140,25	21,50	4,43		
2026. 12. 04. péntek	(00035) Lisztmentes iskolás	**E**	Fejtett bableves *mir. lisztQ*	617,70	147,77	5,62	4,28	0,55	22,54	0,99	1,15	1,9,(3)	
			Édes savanyú pulykaragu *7-10é	1 586,71	379,60	18,13	12,54	3,05	57,42	46,11	2,30	(1),(3),(6),(7),(12)	
			Párolt rízsköret 7-10év	1 131,79	269,60	5,71	3,00	0,36	54,89	0,19	1,17	(1),(3),(7),(10)	
			Összesen:	3 336,20	796,97	29,46	19,82	3,96	134,85	47,29	4,62		

Fodor Mihály	Szabó Orsolya	Nagy Mónika
.....	.....	.....
Élelmezési osztályvezető	Vezető	Gazdaságvezető dietetikus