



Tételes étlap 2026.01.19. - 2026.01.25.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 01. 19. hétfő	(00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Lebbencsleves LÉ *	585,63	140,05	2,34	4,87	0,53	20,41	0,68	1,47		
			Paradicsom mártás LÉ.	1 249,89	299,01	3,12	13,50	1,50	40,88	20,97	1,65		
			Húsgombóc (normál) *11-14év	1 682,80	402,58	20,65	24,73	8,72	23,53	0,00	2,46		
			Összesen:	3 518,32	841,64	26,11	43,10	10,75	84,82	21,65	5,58		
2026. 01. 20. kedd	(00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Májgaluska leves LÉ*	715,26	171,06	8,98	5,30	0,84	20,57	0,46	3,82		
			Carbonaras tészta*lisztQ	1 142,96	250,22	14,16	6,18	1,55	44,91	1,88	2,56		
			Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00		
			Összesen:	2 179,10	498,05	24,34	14,28	2,39	77,08	2,34	6,38		





2026. 01. 21. szerda (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Szilvaleves LM*	689,65	164,99	1,91	2,90	1,44	32,04	13,98	0,70		
		Hagymás burgonya 11-14év	1 392,70	333,18	7,80	4,68	0,60	62,05	2,40	1,51		
		Fokhagymás pulyka aprópecs.*	1 243,83	297,57	30,79	18,89	5,22	0,74	0,00	1,72		
		Összesen:	3 326,18	795,74	40,50	26,47	7,26	94,83	16,38	3,93		
2026. 01. 22. csütörtök (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Nyírségi húsgombóclevés 11-14é	1 457,02	348,57	24,34	22,84	6,11	10,81	0,00	2,70		
		Rántott hal LÉ *	1 472,75	352,33	1,72	33,24	3,89	11,15	0,00	2,77		
		Kukoricás, rizs*11-14év	1 618,15	387,12	8,28	7,38	0,88	71,44	0,00	1,49		
		Összesen:	4 547,92	1 088,02	34,34	63,46	10,88	93,40	0,00	6,96		





2026. 01. 23. péntek	(00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Zöldségleves LÉ.	279,58	66,85	1,61	3,47	0,42	7,42	0,23	2,91	  	
			Lecsós csirkecomb 11-14év	1 749,35	418,50	44,24	22,59	5,93	9,01	1,00	3,79		
			Tészta köret (klf.) 100 g LÉ.	1 233,69	29,37	4,20	4,64	0,63	58,10	0,00	6,97		
			Összesen:	3 262,62	514,72	50,05	30,70	6,98	74,53	1,23	13,67		

Fodor Mihály
.....

Szabó Orsolya
.....

Nagy Mónika
.....

Élelmezési
osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető
dietetikus

