



Tételes étlap 2026.06.08. - 2026.06.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 06. 08. hétfő (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E Csikós tokány LÉ.	1 287,38	307,98	11,60	26,67	8,72	5,00	0,00	2,41		
	Tészta köret (klf.) 100 g LÉ.	1 233,69	29,37	4,20	4,64	0,63	58,10	0,00	6,97		
	Cékla *	65,31	15,62	0,65	0,05	0,00	2,95	0,00	0,12		
	Paradicsom leves LÉ.	746,07	173,17	2,71	6,99	0,75	25,93	10,49	1,65		
	Összesen:	3 332,45	526,14	19,16	38,35	10,10	91,98	10,49	11,15		
2026. 06. 09. kedd (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E Húsgombóclevés 11-14év	653,71	146,89	8,22	8,52	2,87	9,95	0,00	2,15		
	Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
	Mákos metélt LÉ.*	960,19	176,56	3,71	10,82	2,04	28,95	13,98	1,74		
	Összesen:	2 052,67	428,42	13,23	19,44	4,91	63,10	13,98	3,95		





2026. 06. 10. szerda (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Zöldborsóleves LÉ.*	691,39	165,37	6,16	7,04	0,83	19,88	0,46	1,90		
		Sült csirkecomb 11-14év	1 404,69	336,05	46,04	16,10	3,41	1,36	0,00	1,51		
		Kukoricás, rizs*11-14év	1 618,15	387,12	8,28	7,38	0,88	71,44	0,00	0,51		
		Összesen:	3 714,23	888,54	60,48	30,52	5,12	92,68	0,46	3,92		
2026. 06. 11. csütörtök (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Zöldbableves LÉ *mir*	638,65	152,77	3,36	7,02	1,88	18,58	1,40	2,37		
		Bolognai spagetti LM *	2 914,68	622,22	34,82	35,91	12,60	63,99	2,35	5,32		
		Összesen:	3 553,33	774,99	38,18	42,93	14,48	82,57	3,75	7,69		





2026. 06. 12. péntek (00033) Lisztmentes felsős T-E-U	E	Hamisgulyásleves LÉ *	748,32	178,99	4,26	4,80	0,66	28,46	0,56	3,61		
		Rántott hal LÉ *	1 472,75	352,33	1,72	33,24	3,89	11,15	0,00	2,77		
		Párolt rizsköret 11-14év	1 706,45	407,08	8,11	6,81	0,80	78,14	0,00	1,17		
		Tartármártás*11-14év	1 317,04	315,08	1,27	32,16	5,61	4,76	3,00	0,61		
		Összesen:	5 244,56	1 253,48	15,36	77,01	10,96	122,51	3,56	8,16		

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

