



Tételes étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 20. hétfő (00035) Lisztmentes iskolás	E Lebbencsleves*4-6évlisztQ	1 079,76	258,31	6,95	9,00	3,13	33,83	0,00	3,56		
	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		
	Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	Összesen:	4 154,78	993,96	31,48	48,10	13,14	104,00	21,98	7,44		
2025. 01. 21. kedd (00035) Lisztmentes iskolás	E Májgaluska leves LÉ*	527,19	126,12	8,11	4,39	0,73	13,15	0,00	3,25		
	Carbonaras tészta*4-6évlisztQ	2 407,98	527,43	26,46	23,91	6,68	62,71	0,00	6,85		
	Narancs *	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	Összesen:	3 108,28	694,96	35,17	28,50	7,41	84,36	0,00	10,11		
2025. 01. 22. szerda (00035) Lisztmentes iskolás	E Szilvaleves LM*	591,13	141,42	1,63	2,49	1,23	27,46	11,98	0,60		
	Zöldborsópaprikás v. 7-10év	2 473,21	591,68	29,21	17,73	5,30	73,13	0,00	3,05		
	Savanyú uborka *	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
	Összesen:	3 093,11	739,98	31,14	20,27	6,53	101,89	11,98	4,85		





2025. 01. 23. csütörtök												
2025. 01. 23. csütörtök (00035) Lisztmentes iskolás	E	Paradicsom leves LÉ.	639,49	148,43	2,32	5,99	0,64	22,23	8,99	1,42		
		Rántott hal LÉ *	1 262,35	301,99	1,47	28,49	3,34	9,55	0,00	2,37		
		Kukoricás, rizs* 7-10év	1 618,15	387,12	8,28	7,38	0,88	71,44	0,00	1,49		
		Tartármártás*7-10év	1 317,04	315,08	1,27	32,16	5,61	4,76	3,00	1,59		
		Összesen:	4 837,03	1 152,62	13,34	74,02	10,47	107,98	11,99	6,87		
2025. 01. 24. péntek (00035) Lisztmentes iskolás	E	Vajas galuskaleves LÉ*	374,66	89,63	2,01	3,65	0,56	11,70	0,00	2,54		
		Csirkepörkölt*7-10év	1 758,73	420,75	53,33	19,67	4,02	7,05	0,00	2,09		
		Tészta köret (klf.) 100 g LÉ.	1 057,45	25,18	3,60	3,98	0,54	49,80	0,00	5,97		
		Összesen:	3 190,84	535,56	58,94	27,30	5,12	68,55	0,00	10,60		

Fodor Mihály

.....

Élelmezési

osztályvezető

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

dietetikus

