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	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	köménymagos leves11-14év	647,12	153,07	2,80	9,64	1,14	14,00	0,93	1,50	1,(3),(7),(10)	
			Pirított zsemlekocka natúr	1 252,65	299,68	3,95	18,20	0,00	27,75	0,00	0,00		
			Almamártás mir. TM x	713,30	170,65	3,19	0,23	0,11	38,24	14,05	0,34	1	
			Húsgombóc (normál) *11-14év	1 195,86	284,93	13,63	15,15	5,32	23,44	0,27	1,28	3,(1),(7),(10)	
			Összesen:	3 808,93	908,33	23,57	43,22	6,57	103,43	15,25	3,12		
2026. 12. 01. kedd	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Májgaluska leves*11-14év	1 112,25	263,77	14,25	14,11	2,25	20,42	1,08	2,23	1,3,(7),(10)	
			Tejbendara szórás 0,3l TM x	1 201,10	170,35	3,90	3,26	0,65	60,28	28,67	0,35	1	
			Banán*	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
			Összesen:	2 752,12	539,09	19,45	17,47	2,90	104,90	29,75	2,64		
2026. 12. 02. szerda	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Hamisgulyásleves *11-14év	1 267,81	303,30	7,09	12,25	1,55	40,40	3,52	1,16	1,3,9	
			Zöldborsófőzelék diab TM.	1 241,66	297,05	8,60	17,24	2,29	26,31	2,95	1,14	1,7	
			Szárnyasvagdalt 11-14év	1 243,25	297,43	16,98	16,25	3,28	20,45	1,16	1,87	1,3,(6),(7),(10),(11)	
			Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	0,00	0,00	1	
			Összesen:	4 073,60	974,55	33,87	48,54	7,12	98,76	7,63	4,17		
2026. 12. 03. csütörtök	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Szilvaleves TM x	642,94	153,81	2,47	0,17	0,08	34,87	17,53	0,70	1	
			Pásztortarhonya 11-14év	3 066,23	731,23	33,23	23,81	7,64	95,07	5,37	4,03	1,3,(7),(10)	
			Savanyuság csalamádé *	41,58	9,95	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44	(12)	
			Összesen:	3 750,75	894,99	36,25	24,08	7,72	131,64	22,90	5,17		

2026. 12. 04. péntek	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Fejtett bableves *mir.*	1 079,80	258,32	10,35	7,85	1,00	36,21	1,05	2,03	1,3,9	
			Édes savanyú pulykaragu 11-14é	1 586,71	379,60	18,13	12,54	3,05	57,42	46,11	2,30	(1),(3),(6),(7),(12)	
			Párolt rízsköret 11-14év	1 276,57	304,24	6,51	3,03	0,36	62,64	0,20	1,17	(1),(3),(7),(10)	
			Összesen:	3 943,08	942,16	34,99	23,42	4,41	156,27	47,36	5,50		

Fodor Mihály
.....
Élelmezési osztályvezető

Szabó Orsolya
.....
Vezető dietetikus

Nagy Mónika
.....
Gazdaságvezető