



Tételes étlap 2025.11.17. - 2025.11.23.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 11. 17. hétfő	(00035) Lisztmentes iskolás	E	Magyaros gombaleves 4-6év	1 124,08	268,86	8,10	10,96	1,29	35,02	0,37	1,67		
			Vadas p.com /ragu/ LisztQ	1 005,07	240,34	14,63	13,15	3,61	14,83	3,59	1,04		
			Tészta köret (klf.) 100 g LÉ.	1 057,45	25,18	3,60	3,98	0,54	49,80	0,00	5,97		
			Összesen:	3 186,60	534,38	26,33	28,09	5,44	99,65	3,96	8,68		
2025. 11. 18. kedd	(00035) Lisztmentes iskolás	E	Gulyásleves LÉ.*	702,01	167,91	9,52	7,70	1,65	14,43	0,28	1,31		
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Túrós metélt LÉ *	1 873,23	448,14	6,93	23,39	8,12	48,45	2,02	3,47		
			Összesen:	2 720,65	650,84	16,85	31,49	9,77	69,88	2,30	4,79		
2025. 11. 19. szerda	(00035) Lisztmentes iskolás	E	Brokkolikrémleves* LM	1 949,82	466,46	8,47	25,84	9,59	49,37	5,40	9,00		
			Rántott hal LÉ *	1 262,35	301,99	1,47	28,49	3,34	9,55	0,00	2,37		
			Burgonyapüré 7-10év	1 416,54	211,80	6,74	14,75	4,26	42,73	1,60	1,76		
			Összesen:	4 628,71	980,25	16,68	69,08	17,19	101,65	7,00	13,13		





2025. 11. 20. csütörtök (00035)	Lisztmentes iskolás	E	Zöldborsóleves LÉ.*	592,62	141,75	5,28	6,04	0,71	17,05	0,40	1,63	  	
			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	  	
			Összesen:	3 346,76	800,63	28,61	42,34	10,72	75,62	18,38	5,51		
2025. 11. 21. péntek (00035)	Lisztmentes iskolás	E	Snidl. burg.gombócl.4-6évLM	1 031,58	223,09	7,26	0,91	0,34	50,03	1,32	3,14	   	
			Zöldborsós rizseshús 7-10év	3 181,12	761,03	28,15	33,72	9,63	85,24	0,00	1,67		
			Összesen:	4 212,70	984,12	35,41	34,63	9,97	135,27	1,32	4,81		

Fodor Mihály
.....

Élelmezési
osztályvezető

Szabó Orsolya
.....

Vezető

Nagy Mónika
.....

Gazdaságvezető
dietetikus

