Tételes étlap 2026.11.09. - 2026.11.15.

	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. 09. hétfő	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Csontleves *11-14év	339,98	79,59	3,92	2,06	0,31	11,90	1,03	1,61	1,3,9,(7),(10)	
			Zöldborsófőzelék diab TM.	1 241,66	297,05	8,60	17,24	2,29	26,31	2,95	1,14	1,7	
			Sült virsli 11-14év	720,17	172,29	8,13	14,86	5,19	0,13	0,00	1,63	(1),(6),(7),(10)	
			Összesen:	2 301,81	548,93	20,65	34,16	7,79	38,34	3,98	4,38		
2026. 11. 10. kedd	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Pulykaraguleves *11-14év	1 089,91	259,58	16,14	15,65	3,04	13,42	0,81	1,40	1,3,(7),(10)	
			Darásmetélt ízzel*11-14év	3 585,29	857,73	20,89	13,28	1,98	162,58	45,74	1,12	1,3,(12)	
			Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	4 820,61	1 152,10	37,43	29,33	5,02	183,00	46,55	2,53		
2026. 11. 11. szerda	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Fokhagymakrémleves 7-10év tejQ	346,72	46,43	2,97	3,91	1,08	11,18	0,95	1,66	1,9	
			Rántott sertésszelet*11-14év	2 918,81	698,28	22,62	54,23	7,94	29,11	0,11	1,08	1,3	
			Rizi-bizi mir. 11-14év	1 858,55	444,63	11,07	6,98	0,80	83,75	0,27	0,52		
			Összesen:	5 124,08	1 189,34	36,66	65,12	9,82	124,04	1,33	3,26		
2026. 11. 12. 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	
			Rakott karfiol TM x	1 842,56	440,80	21,89	25,07	7,04	31,35	0,39	0,96	1,3	
			Összesen:	2 485,50	594,61	24,36	25,24	7,12	66,22	17,92	1,66		

2026. 11. 13. péntek	(00045) Tejmentes felsős ebéd	**E**	Daragaluskaleves* 11-14év	623,47	147,41	4,60	6,81	1,13	17,17	0,61	1,57	1,3,(7),(10)	
			Zöldséges pulykaragu *11-14év	1 637,12	391,65	19,40	30,59	9,29	9,11	0,82	2,12	1,9	
			Párolt rizs	1 623,16	388,32	8,00	4,94	0,58	77,50	0,12	1,49		
			Összesen:	3 883,75	927,38	32,00	42,34	11,00	103,78	1,55	5,18		

Fodor Mihály
.....
Élelmezési osztályvezető

Szabó Orsolya
.....
Vezető dietetikus

Nagy Mónika
.....
Gazdaságvezető