



Tételes étlap 2024.10.07. - 2024.10.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 10. 07. hétfő (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Zöldborsóleves	801,33	191,71	6,68	9,94	1,12	18,56	0,05	0,22		
	Csirkepörkölt LÉ, TM	1 882,88	450,45	51,24	23,89	4,44	7,13	0,02	0,59		
	Tészta köret gluténmentes	1 420,07	339,73	1,60	4,41	0,42	73,00	0,00	0,10		
	Összesen:	4 104,28	981,89	59,52	38,24	5,98	98,69	0,07	0,91		
2024. 10. 08. kedd (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E Vagdalt ovi	569,12	136,15	9,57	7,08	1,59	8,27	0,00	0,29		
	Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
	Gulyásleves	2 068,99	494,97	23,97	23,50	4,42	35,06	0,55	0,68		
	Lencsefőzelék	2 957,52	707,54	40,02	15,40	1,38	101,39	3,00	3,21		
	Összesen:	5 682,88	1 359,53	73,80	46,22	7,39	148,92	3,55	4,19		






2024. 10. 09. szerda (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Sült csirkecomb	704,91	168,64	20,99	8,92	1,73	0,89	0,00	4,17		
		Káposzta saláta	95,38	22,82	1,10	0,17	0,02	4,04	0,00	0,12		
		Almaleves	689,32	164,91	1,09	0,29	0,03	38,78	24,98	0,99		
		Burgonyapüré ovi	866,61	207,32	5,80	5,34	1,86	33,20	0,00	1,90		
		Összesen:	2 356,22	563,69	28,98	14,72	3,64	76,91	24,98	7,18		





2024. 10. 10. csütörtök (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Káposzta saláta	95,38	22,82	1,10	0,17	0,02	4,04	0,00	0,12		
		Zöldségleves	516,90	123,66	1,85	5,17	0,60	17,32	0,05	0,23		
		Rizszeshús	2 957,75	707,60	24,53	38,14	10,15	65,68	0,00	0,40		
		Összesen:	3 570,03	854,08	27,48	43,48	10,77	87,04	0,05	0,75		





2024. 10. 11. péntek (00613) Gyermek (7-10 , 11-14év) Glutén me	E	Fejtett bableves	1 722,83	412,16	15,93	21,48	6,56	38,84	0,07	2,01		
		Kukorica darás tészta lekvárra	2 215,58	530,04	6,23	2,53	0,24	119,04	37,68	0,23		
		Összesen:	3 938,41	942,20	22,16	24,01	6,80	157,88	37,75	2,24		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

