

INTÉZMÉNY Baár-Madas Ált. Isk. és Gimnázium		KORCSOPORT Gyermek 07-10		DIÉTA Normál	
Hétfő 2026-09-28	Kedd 2026-09-29	Szerda 2026-09-30	Csütörtök 2026-10-01	Péntek 2026-10-02	
EBÉD •Édesburgonya krémleves [7, 9, (1, 3, 6, 10)] •Pírított bacon •Tavaszi rizseshús sertés [9, (1, 3, 6, 7, 10)] •Cékla [15, (12)]	EBÉD •Húsgombóclevés [1, 3, 7, 9, (5, 6, 10)] •Sárgaborsó főzelék [1] •Sertéspörkölt	EBÉD •Halgulyás [1, 3, 4, 9, (6, 7, 10)] •Piskóta kocka [1, 3, (5, 6, 7, 8)] •Csokoládé öntet [7, (1, 3, 5, 6, 8)]	EBÉD •Burgonya gombóclevés [1, 3, 9, (6, 7, 10, 12)] •Székelykáposzta [(10, 12)] •Tejföl [7] •Tk. kenyér ebéd [1, 6, (3, 7)]	EBÉD •Vegyes gyümölcsleves [1, 7] •Carbonara spagetti [1, 7] •Reszelt sajt [7] •Alma	
Tápanyag-összesítő E: 1411.12 kcal Feh.: 46.76 g Zsír: 72.53 g Tel. zsír: 17.54 g Szénh.: 141.73 g Cukor: 22.36 g Só: 4.91 g Ca: 475.77 mg Allergének összesen: [1, 3, 7, 9, 15, (5, 6, 8, 10, 11, 12)]	Tápanyag-összesítő E: 1405.93 kcal Feh.: 60.94 g Zsír: 65.86 g Tel. zsír: 13.82 g Szénh.: 136.83 g Cukor: 16.75 g Só: 7.53 g Ca: 280.20 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, (5, 8, 10)]	Tápanyag-összesítő E: 888.31 kcal Feh.: 40.82 g Zsír: 27.65 g Tel. zsír: 11.35 g Szénh.: 121.88 g Cukor: 14.11 g Só: 4.60 g Ca: 506.94 mg Allergének összesen: [1, 3, 4, 7, 9, (5, 6, 8, 10, 11)]	Tápanyag-összesítő E: 1009.55 kcal Feh.: 43.29 g Zsír: 51.43 g Tel. zsír: 9.18 g Szénh.: 90.37 g Cukor: 14.26 g Só: 6.60 g Ca: 207.14 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, (10, 12)]	Tápanyag-összesítő E: 1337.50 kcal Feh.: 63.16 g Zsír: 58.89 g Tel. zsír: 20.34 g Szénh.: 149.60 g Cukor: 24.35 g Só: 3.55 g Ca: 679.19 mg Allergének összesen: [1, 6, 7, (3, 8, 11)]	