

INTÉZMÉNY Baár-Madas Ált. Isk. és Gimnázium			KORCSOPORT Gyermek 07-10		DIÉTA Normál
Hétfő 2026-10-05	Kedd 2026-10-06	Szerda 2026-10-07	Csütörtök 2026-10-08	Péntek 2026-10-09	
EBÉD - Fokhagyma krémleves [1, 3, 7] - Levesgyöngy [1, 3, 7, (6, 9, 10, 11)] - Zöldborsós sertésragu [1, 9, (3, 6, 7, 10)] - Párolt rizs	EBÉD - Daragaluska leves [1, 3, 9, (6, 7, 10)] - Parajos, csirkés penne [1, 7]	EBÉD - Zellerleves [1, 6, 7, 9, (3, 10)] - Tavaszi rizsesmáj [9, (1, 3, 6, 7, 10)] - Mongol saláta [15]	EBÉD - Frankfurti leves [1, 3, 7, (6)] - Darás metélt [1] - Barackíz	EBÉD - Árpagyöngyleves [1, 9, (3, 6, 7, 10)] - Burgonyafőzelék [1, 7, 9, (3, 6, 10)] - Panírozott zöldséggolyó [1, 3, 7] - Alma	
Tápanyag-összesítő E: 1343.61 kcal Feh.: 45.67 g Zsír: 64.41 g Tel. zsír: 6.88 g Szénh.: 145.16 g Cukor: 18.55 g Só: 6.18 g Ca: 359.48 mg Allergének összesen: [1, 3, 7, 9, 10, (5, 6, 8, 11, 12)]	Tápanyag-összesítő E: 1286.60 kcal Feh.: 57.05 g Zsír: 68.69 g Tel. zsír: 16.54 g Szénh.: 117.38 g Cukor: 4.75 g Só: 11.59 g Ca: 245.03 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, (8, 10, 11)]	Tápanyag-összesítő E: 1179.29 kcal Feh.: 52.13 g Zsír: 48.94 g Tel. zsír: 10.35 g Szénh.: 135.03 g Cukor: 16.66 g Só: 4.46 g Ca: 389.98 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, 15, (5, 8, 10, 11)]	Tápanyag-összesítő E: 1174.22 kcal Feh.: 34.95 g Zsír: 50.30 g Tel. zsír: 10.32 g Szénh.: 150.36 g Cukor: 9.81 g Só: 4.94 g Ca: 130.32 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 10, (5, 8, 11, 12)]	Tápanyag-összesítő E: 1186.01 kcal Feh.: 40.17 g Zsír: 49.62 g Tel. zsír: 8.89 g Szénh.: 143.44 g Cukor: 27.19 g Só: 3.40 g Ca: 477.00 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, (10)]	