

INTÉZMÉNY Baár-Madas Ált. Isk. és Gimnázium			KORCSOPORT Gyermek 07-10		DIÉTA Normál				
Hétfő 2026-10-12		Kedd 2026-10-13		Szerda 2026-10-14		Csütörtök 2026-10-15		Péntek 2026-10-16	
EBÉD • Brokkolikrémleves [1, 7, 9, (3, 6, 10)] • Pirított napraforgómag • Mézes, mustáros csirketokány [1, 7, 10, (12)] • Párolt rizs		EBÉD • Lebbencsleves [1, 9, (3, 6, 7, 10)] • Rakott zöldbab [7]		EBÉD • Zöldbableves [1, 7, 9, (3, 6, 10)] • Dejós metélt [1] • Alma		EBÉD • Zöldborsóleves [1, 9, (3, 6, 7, 10)] • Húsgombóc [3] • Paradicsom mártás [1, 9] • Burgonya főtt		EBÉD • Csontleves [1, 3, 7, 9, (6, 10)] • Cérnametélt [1] • Lencsefőzelék [1, 7, 10, (12)] • Sült virsli [(6, 7)]	
Tápanyag-összesítő E: 1324.27 kcal Feh.: 52.66 g Zsír: 53.50 g Tel. zsír: 11.18 g Szénh.: 156.24 g Cukor: 23.43 g Só: 6.51 g Ca: 469.94 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, 10, (12)]		Tápanyag-összesítő E: 1265.81 kcal Feh.: 35.70 g Zsír: 71.37 g Tel. zsír: 20.45 g Szénh.: 111.36 g Cukor: 10.84 g Só: 3.82 g Ca: 265.93 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, (10)]		Tápanyag-összesítő E: 1376.87 kcal Feh.: 46.77 g Zsír: 73.31 g Tel. zsír: 13.71 g Szénh.: 137.88 g Cukor: 7.93 g Só: 7.66 g Ca: 307.78 mg Allergének összesen: [1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, (8, 11)]		Tápanyag-összesítő E: 1267.03 kcal Feh.: 43.85 g Zsír: 51.19 g Tel. zsír: 6.43 g Szénh.: 159.46 g Cukor: 13.00 g Só: 7.76 g Ca: 223.35 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, (5, 8, 10, 11)]		Tápanyag-összesítő E: 1396.51 kcal Feh.: 56.31 g Zsír: 61.17 g Tel. zsír: 15.57 g Szénh.: 157.80 g Cukor: 20.09 g Só: 7.54 g Ca: 464.29 mg Allergének összesen: [1, 3, 7, 9, 10, (5, 6, 8, 11, 12)]	