

INTÉZMÉNY Baár-Madas Ált. Isk. és Gimnázium		KORCSPORT Gyermek 07-10		DIÉTA Normál
Hétfő 2026-10-19	Kedd 2026-10-20	Szerda 2026-10-21	Csütörtök 2026-10-22	Péntek 2026-10-23
				Nincs rögzített étlap
EBÉD • Burgonyaleves magyaros [1, 9, (3, 6, 7, 10)] • Tökfőzelék [1, 7, (12)] • Sertéspörkölt • Tk. kenyér ebéd [1, 6, (3, 7)]	EBÉD • Csurgatott tojás leves [1, 3, (12)] • Meggy mártás [1, 7] • Burgonya főtt • Natúr sertésszelet [1]	EBÉD • Fejttett bableves [1, 7, 9] • Mákos nudli [1, 3, (5, 6, 7, 8, 11)] • Alma	EBÉD • Paradicsomleves [1, 9] • Rántott sertésszelet [1, 3] • Burgonyapüré 1. [6, 7] • Csemege uborka [15]	
Tápanyag-összesítő E: 1387.12 kcal Feh.: 47.57 g Zsír: 60.61 g Tel. zsír: 7.97 g Szénh.: 157.76 g Cukor: 36.53 g Só: 5.53 g Ca: 445.06 mg Allergének összesen: [1, 6, 7, 9, (3, 10, 12)]	Tápanyag-összesítő E: 1371.37 kcal Feh.: 47.61 g Zsír: 52.62 g Tel. zsír: 9.77 g Szénh.: 171.48 g Cukor: 16.79 g Só: 6.47 g Ca: 247.22 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, (5, 8, 11, 12)]	Tápanyag-összesítő E: 1300.36 kcal Feh.: 41.21 g Zsír: 63.36 g Tel. zsír: 12.08 g Szénh.: 142.73 g Cukor: 23.80 g Só: 4.00 g Ca: 655.16 mg Allergének összesen: [1, 3, 7, 9, (5, 6, 8, 11)]	Tápanyag-összesítő E: 1465.46 kcal Feh.: 53.53 g Zsír: 65.63 g Tel. zsír: 15.17 g Szénh.: 162.24 g Cukor: 20.72 g Só: 7.72 g Ca: 574.51 mg Allergének összesen: [1, 3, 6, 7, 9, 15, (8)]	