

Étlap (Diétás (tejmentes) 11-14 év)

2026.09.14 - 2026.09.20.

<i>Hétfő</i> 2026.09.14	<i>Kedd</i> 2026.09.15.	<i>Szerda</i> 2026.09.16.	<i>Csütörtök</i> 2026.09.17.	<i>Péntek</i> 2026.09.18.
Tízórai				
Ebéd				
Eperkrémleves-tejmentes (01.) Kukoricapehely-Nestlé Bácskai rizseshús Csemegeuborka (10.)	Tavaszi zöldségleves (01,03.) Bolognai spagetti (01.) Reszelt vegán sajt Szóló	Gombaleves-tejmentes (01,03.) Svájci rakott burgonya-tej,toj.ment. (01.) Vegyes savanyúság (10.) Gesztenye Marci-natúr	Szárnyas húsleves csiga tésztával (09,01,03.) Fokhagymás sertéssült Kelkáposzta-főzelék (01.) Teljes kiőrlésű kenyér (ebédhez) (01.)	Felesborsó gulyásleves (09,01,03.) Kenyérlángos (sonkás,lilahagymás)-tejmen (01.) Körte
E:2 909(Kj) 696(KCal) F: 28(g)Kol: 50(g)Sz:120(g) Zsir: 31(g)Cuk: 26(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 101(mg)	E:3 106(Kj) 743(KCal) F: 31(g)Kol: 41(g)Sz:115(g) Zsir: 18(g)Cuk: 15(g)Só:1,57(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 89(mg)	E:3 347(Kj) 801(KCal) F: 14(g)Kol: 0(g)Sz:100(g) Zsir: 53(g)Cuk: 15(g)Só:4,04(g) Tel.Zs: 31(g)Ca: 61(mg)	E:3 136(Kj) 750(KCal) F: 42(g)Kol: 63(g)Sz: 76(g) Zsir: 33(g)Cuk: 5(g)Só:2,61(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 99(mg)	E:3 185(Kj) 762(KCal) F: 35(g)Kol: 29(g)Sz:116(g) Zsir: 26(g)Cuk: 7(g)Só:3,23(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 38(mg)
Uzsonna				