



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.05.26. - 2025.06.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2025 hétfő (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Kertészleves	299.05	71.39	3.21	1.48	0.21	11.01	0.08	0.85		
			Főtt hús	599.13	143.33	18.90	7.29	2.60	0.36	0.00	0.98		
			Serpenyős burgonya	1 111.95	266.02	6.31	4.28	0.49	49.33	0.41	0.80		
			Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	2 947.87	705.08	34.81	14.63	3.62	104.95	6.63	3.32		
5/27/2025 kedd (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	422.35	101.04	1.91	3.45	0.37	15.53	1.65	0.99		
			Borsos tokány	1 060.42	253.69	20.14	17.11	5.07	4.43	0.24	0.99		
			Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
			Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
			Összesen:	3 113.62	744.89	29.94	28.44	6.35	91.19	5.89	2.42		



ISKOLA ÉTTEREM

5/28/2025 szerda (00589)	Felső laktómentes Komló	E	Tarhonyaleves	340.10	81.36	2.15	2.28	0.23	12.61	0.07	0.92		
			Pulykasült	608.26	145.52	18.47	7.89	1.74	0.10	0.00	0.98		
			Magyaros zöldborsófőzelék	993.05	237.57	12.13	6.35	0.63	32.37	1.70	0.23		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	3 047.31	729.02	39.93	18.06	2.96	98.20	1.95	2.73		
5/29/2025 csütörtök (00589)	Felső laktómentes Komló	E	Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91		
			Ratatouille csirkemell	731.37	174.97	23.89	5.60	0.75	6.75	0.00	0.96		
			Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	2 933.44	701.78	38.64	14.40	1.99	100.55	0.18	2.83		



ISKOLA ÉTTEREM

5/30/2025 péntek (00589) Felső laktóentes Komló	E	Babgulyás	1 248.63	298.72	19.29	11.17	2.29	29.81	0.14	1.43	 	
		Almás pite (TEJMENTES)	2 900.41	693.88	11.10	22.14	9.81	112.63	31.48	1.58		
		Összesen:	4 149.04	992.60	30.39	33.31	12.10	142.44	31.62	3.01		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!