



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.06.02. - 2025.06.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/2/2025 hétfő	(00535) Felső Komló	E	Zöldséges zellerleves felsős	374.07	89.34	2.84	1.93	0.26	14.56	0.60	0.39		0.00
			Serpenyősborg.virslis felős	1 718.75	411.19	15.26	17.83	6.64	46.36	0.41	2.08		0.00
			Csemege uborka 4100 / 2200 gr.	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		0.00
			Teljes kiörl.kenyér 0,50kg Rie	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		0.00
			Összesen:	2 807.95	671.61	24.46	21.28	7.26	91.76	2.71	3.81		0.00
6/3/2025 kedd	(00535) Felső Komló	E	Fahéjas szilvaleves mir.felsős	484.85	115.99	2.32	0.52	0.27	24.69	11.99	0.54		0.00
			Tavaszi rizses cs.mell felsős	1 934.19	462.72	26.96	8.57	1.08	68.79	0.00	1.78		0.00
			Káposzta saláta felsős	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		0.00
			Összesen:	2 611.03	624.64	30.77	9.30	1.37	102.71	15.99	2.55		0.00
6/4/2025 szerda	(00535) Felső Komló	E	Zöldséges karfiolleves felsős	380.30	90.98	3.22	2.42	0.30	13.86	0.65	0.36		0.00
			Tejszínes-par.halragu felsős	1 079.62	258.28	16.43	14.73	5.13	13.19	3.94	0.60		0.00
			Tészta köret 4 toj.* felsős	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.08	0.56		0.00
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		0.00
			Összesen:	3 303.89	790.41	31.09	23.63	6.44	110.41	4.67	1.56		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

6/5/2025 csütörtök	(00535) Felső Komló	E	Zölds. reszeltészta leves F.	349.39	83.59	2.58	1.91	0.24	13.79	0.14	1.29		0.00
			Sertés sült felsős	986.23	235.94	21.89	13.77	3.53	5.82	0.20	1.14		0.00
			Zöldbabfőzelék mir. felsős	1 016.03	243.07	8.79	10.30	3.14	28.25	1.29	0.26		0.00
			Teljes kiőrl.kenyér 0,50kg Rie	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		0.00
			Összesen:	3 018.78	722.20	39.14	27.42	7.27	76.78	1.81	3.23		0.00
6/6/2025 péntek	(00535) Felső Komló	E	Lencsegulyás (sc.) felsős	1 170.38	280.00	20.56	8.67	1.93	29.50	0.18	1.43		0.00
			Mákos nudli felsős	3 129.07	748.58	19.43	19.47	3.03	123.35	24.98	0.99		0.00
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		0.00
			Összesen:	4 415.78	1 056.41	40.31	28.46	4.96	158.45	25.16	2.43		0.00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM