



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	(00640)	E	Zöldséges zellerleves	356.16	85.05	2.73	1.91	0.25	13.69	0.08	0.92		
			Serpenyősburgonya virslivel	2 059.54	492.71	17.87	20.59	7.53	57.65	0.51	2.35		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	3 142.83	751.71	27.08	24.04	8.14	102.66	2.67	4.81		
6/3/2025 kedd	(00640)	E	Fahéjas szilvaleves (TEJMENTES)	467.73	111.90	1.04	0.43	0.04	25.40	13.14	0.50		
			Tavaszi rizses csirkemell	2 294.73	548.98	33.45	10.71	1.35	78.90	0.00	2.14		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 386.23	810.11	37.61	14.57	4.21	130.28	26.84	2.89		



ISKOLA ÉTTEREM

6/4/2025 szerda (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	446.58	106.84	3.85	3.00	0.36	15.92	0.00	0.30	 	
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Paradicsomos tonhalas tészta olívbogyóval (tejmentes)	2 909.37	696.02	30.34	25.62	4.29	84.29	9.79	3.21	  	
			Összesen:	3 692.99	883.49	34.79	28.92	4.65	118.31	9.79	3.52		
6/5/2025 csütörtök (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Zöldséges reszelttészta leves	401.60	96.08	2.90	2.48	0.32	15.29	0.00	1.31	   	
			Rakott zöldbab (tejmentes)	1 667.51	398.92	25.38	16.66	3.39	35.90	0.51	1.88		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Cseresznye	324.21	77.56	0.96	0.36	0.00	16.80	0.00	0.02		
			Összesen:	3 060.45	732.16	35.12	20.94	4.07	96.91	0.69	3.75		



ISKOLA ÉTTEREM

6/6/2025 péntek (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Lencsegulyás	1 461.19	349.57	25.62	10.64	2.32	37.30	0.18	1.48	 	
		Fánk (TEJMENTES)	2 063.17	493.58	13.00	11.40	1.14	84.56	5.99	0.21		
		Sárgabarack dzsem	124.56	29.80	0.09	0.00	0.00	7.32	6.58	0.00		
		Porcukor	83.92	20.08	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	0.00		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 878.25	927.82	39.11	22.44	3.46	141.18	17.75	1.70		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!