



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.06.09. - 2025.06.15.

Tételes étlap 2025.06.09. - 2025.06.15.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/10/2025 kedd	(00589)	E	Felső laktózmentes Komló										
			Vadas tokány (TEJMENTES)	935.75	223.86	19.93	12.52	3.33	7.39	1.53	1.14		
			Tojásleves	312.20	74.69	2.80	4.62	0.75	5.39	0.00	0.35		
			Spagetti	1 494.64	357.57	12.00	8.29	1.13	58.32	0.00	0.76		
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	2 917.09	697.87	35.21	25.91	5.21	79.50	1.53	2.26		
6/11/2025 szerda	(00589)	E	Felső laktózmentes Komló										
			Csontleves	290.94	69.60	2.84	1.49	0.02	11.04	0.00	0.30		
			Párolt csirkemell	683.02	163.40	24.80	6.60	0.88	1.01	0.00	1.37		
			Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 367.89	327.25	6.87	5.25	0.57	60.95	19.79	0.26		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	3 008.98	719.85	40.39	14.78	1.83	101.92	19.97	2.47		



ISKOLA ÉTTEREM

6/12/2025 csütörtök (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 226.90	293.52	28.52	10.27	1.38	21.16	0.64	1.15		
			Mexikói rizs	1 557.66	372.65	7.98	7.79	0.89	67.00	0.00	0.80		
			Almalé	480.70	115.00	1.00	1.00	0.23	27.50	25.00	0.03		
			Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
			Összesen:	3 469.98	830.15	38.67	19.20	2.52	126.21	31.63	2.22		
6/13/2025 péntek (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Felesborsógulyás	1 139.95	272.72	19.20	8.53	2.01	29.36	0.14	1.04		
			Káposztás kocka	2 092.72	500.65	15.38	10.72	1.50	84.78	22.98	1.78		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 378.08	808.16	34.98	19.65	3.51	121.14	23.12	2.83		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!