



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.06.23. - 2025.06.29.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/23/2025 hétfő	(00577)	E	Sertésborda parasztosan	2 054.30	491.46	24.02	19.98	4.81	52.37	0.16	0.63		
			Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
			Narancslé	378.00	90.00	1.40	0.40	0.10	18.80	18.80	0.00		
			Összesen:	2 588.07	618.72	26.57	20.54	4.93	78.74	22.46	0.85		
6/24/2025 kedd	(00577)	E	Zöldborsóleves	415.99	99.38	4.45	1.91	0.24	15.70	0.15	0.27		
			Tejszínes baconos csirkés penne	2 046.86	489.68	30.63	16.56	7.35	54.71	0.11	1.30		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	2 901.62	694.03	36.38	18.57	7.59	94.61	0.26	1.63		



ISKOLA ÉTTEREM

6/25/2025 szerda (00577)	Alsós szünidei étk. Komló	E	Fokhagymakrém leves	441.22	105.56	3.30	4.80	1.73	12.15	1.17	0.91		
			Debreceni tokány	986.84	236.09	20.52	15.31	5.10	3.76	0.28	0.73		
			Párolt rizs	1 270.94	304.05	5.68	6.72	0.78	54.83	0.35	0.25		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Összesen:	2 747.00	657.18	29.98	26.91	7.61	72.66	3.32	2.69		
6/26/2025 csütörtök (00577)	Alsós szünidei étk. Komló	E	Köménymagleves	294.68	70.50	1.24	3.66	0.99	7.41	0.12	0.10		
			Vagdalt	1 096.40	262.30	11.25	18.28	5.09	12.62	0.29	0.51		
			Fehérbabfőzelék	1 250.62	299.19	15.14	7.81	2.20	41.77	0.89	0.38		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Összesen:	3 510.15	839.75	34.07	31.33	8.64	101.20	1.48	1.54		



ISKOLA ÉTTEREM

6/27/2025 péntek (00577) Alsós szünidei étk. Komló	E	Májgaluska leves	632.43	151.30	12.07	4.06	0.92	16.19	0.39	0.41		
		Mákos guba	1 734.40	414.93	14.12	11.79	3.70	61.78	17.48	0.76		
		Vanília sodó	551.64	131.97	4.43	2.39	1.26	23.04	11.01	0.17		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 034.80	726.03	30.94	18.56	5.88	106.61	28.88	1.35		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!