



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.08.18. - 2025.08.24.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/18/2025 hétfő	(00577)	E	Tavaszi zöldségleves vajgaluskával	345.81	82.73	2.91	3.44	0.94	9.91	0.44	0.32		
			Ajvámártásos húscsíkok	1 234.47	295.33	22.10	21.64	9.45	3.75	1.42	0.78		
			Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23		
			Összesen:	2 757.40	659.67	33.61	30.65	11.08	66.77	1.86	1.33		
8/19/2025 kedd	(00577)	E	Csontleves	274.85	65.75	2.64	1.19	0.04	10.92	0.61	0.47		
			Aprópecsenye	715.09	171.07	17.17	10.22	2.73	2.34	0.19	0.76		
			Zöldborsófőzelék	912.14	218.22	11.59	5.82	0.81	29.33	1.50	0.27		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	2 838.84	679.14	37.76	18.91	3.94	85.99	2.48	2.04		



ISKOLA ÉTTEREM

8/21/2025 csütörtök (00577)	E	Alsós szünidei étk. Komló	Gyümölcsleves	591.29	141.46	3.08	0.85	0.38	29.46	14.99	0.37		
			Flekken szelet	776.94	185.87	17.38	11.20	2.84	3.65	0.13	0.81		
			Hagymás törtburgonya	1 134.80	271.48	6.17	5.14	0.59	48.91	0.00	0.23		
			Uborka saláta	99.16	23.72	0.80	0.08	0.00	4.94	3.50	0.12		
			Összesen:	2 602.19	622.53	27.43	17.27	3.81	86.96	18.62	1.53		
8/22/2025 péntek (00577)	E	Alsós szünidei étk. Komló	Májgaluska leves	632.43	151.30	12.07	4.06	0.92	16.19	0.39	0.41		
			Mákos nudli	2 719.97	650.71	17.10	16.15	2.42	108.76	19.98	0.60		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 468.73	829.84	29.49	20.53	3.34	130.55	20.37	1.02		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!