

Tételes étlap 2025.09.01. - 2025.09.07.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2025 hétfő	(00641)	E	Fejtett bableves (tej-tojásmentes)	620.38	148.42	4.93	4.13	0.48	22.51	0.37	0.94		
			Bechameles csirkeragu (tejmentes)	757.78	181.29	22.99	6.76	0.89	6.94	0.66	0.37		
			Spagetti (tojásmentes)	1 367.53	327.16	3.20	6.85	0.83	61.60	2.69	0.74		
			Alma	203.58	48.70	0.56	0.56	0.00	9.80	0.00	0.01		
			Összesen:	2 949.27	705.57	31.68	18.30	2.20	100.85	3.72	2.06		
9/2/2025 kedd	(00641)	E	Kertészleves (tej-tojásmentes)	278.51	66.63	2.33	1.32	0.15	11.09	0.27	0.86		
			Lecsós ragu	853.83	204.27	19.77	11.13	3.03	5.93	0.51	1.21		
			Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
		Összesen:	2 892.08	691.89	32.65	19.44	4.00	99.44	0.78	2.31			

9/3/2025 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Zöldségleves (tojásmentes)	283.50	67.82	1.22	2.09	0.25	10.73	0.24	0.31		
			Znaimi sertéscomb (TEJMENTES)	1 007.88	241.12	19.93	15.25	4.07	5.67	0.87	1.22	 	
			Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	2 971.01	710.76	33.36	20.03	4.83	95.50	1.29	2.49		
9/4/2025 csütörtök (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Zöldborsóleves (tojásmentes)	469.30	112.27	4.23	2.29	0.24	18.27	0.27	1.18		
			Mustáros sült csirkecombfilé (tejmentes)	951.16	227.55	19.98	12.73	2.22	6.25	1.31	0.62	 	
			Sárgarépás rizs	1 480.89	354.28	6.70	7.72	0.90	64.03	0.00	1.05		
			Összesen:	2 901.35	694.10	30.91	22.74	3.36	88.55	1.58	2.85		



ISKOLA ÉTTEREM

9/5/2025 péntek (00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E	Rozmaringos csirkeraguleves (tej-tojásment.)	714.22	170.87	16.03	3.68	0.47	17.94	0.27	0.48		
		Pogácsa (TEJ-TOJÁSMENTES)	1 933.46	462.55	13.34	9.76	2.44	80.75	1.48	1.82		
		Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02		
		Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
		Összesen:	3 258.30	779.50	31.08	18.36	6.81	120.62	11.20	2.32		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!