

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.09.08. - 2025.09.14.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/8/2025 hétfő	(00559)	E	Csontleves	245.25	58.67	2.34	1.14	0.02	9.59	0.00	0.29		
			Kapormártás, Főtt burgonya (TEJMENTES, SZŐLŐCUKORRAL)	1 329.19	317.99	5.95	6.41	0.72	58.29	0.83	0.61		
			Párolt csirkemell	536.04	128.24	19.84	5.00	0.67	0.81	0.00	1.14		
			Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60		
					Összesen:	2 570.28	614.90	31.88	13.20	1.56	89.34	1.08	2.64
9/9/2025 kedd	(00559)	E	Köménymaglevés	487.13	116.54	1.63	3.39	0.39	18.51	0.69	0.61		
			Sült csirkecombfilé (tejmentes)	519.94	124.39	15.75	5.92	1.12	0.78	0.13	0.78		
			Zöldséges barnarizs	1 348.10	321.36	6.79	6.80	0.78	58.00	0.00	0.21		
			Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
					Összesen:	2 505.46	598.25	25.32	16.27	2.31	84.51	0.82	2.31

9/10/2025 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Zöldséges karalábéleves	312.41	74.60	2.44	1.79	0.24	11.88	0.07	0.28		
		Rostonhal	484.51	115.91	12.18	7.07	1.31	0.00	0.00	0.59		
		Hagymás törtburgonya	1 134.80	271.48	6.17	5.14	0.59	48.91	0.00	0.23		
		Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
		Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
		Összesen:	2 525.42	604.02	22.57	21.45	8.99	76.72	0.79	1.71		

9/11/2025 csütörtök (00559)	E	Alsós tejmentes-fruktószeg.Komló	Lencsefőzelék (tejment-furktószegény)	1 189.36	284.54	17.03	5.94	0.53	40.40	0.00	0.61		
			Tarhonyaleves	290.06	69.39	1.89	1.77	0.17	11.09	0.05	0.70		
			Pírtott baconos sertésborda	1 007.19	240.96	17.99	16.45	4.21	4.99	0.34	0.68		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 042.55	727.89	41.81	25.36	5.21	80.58	0.54	2.44		
9/12/2025 péntek (00559)	E	Alsós tejmentes-fruktószeg.Komló	Snidlinges májgombóclevés (tejment.)	700.75	167.64	12.55	5.02	1.03	17.65	0.32	0.42		
			Párolt sertésszelet	732.37	175.21	17.17	10.70	2.79	2.34	0.08	0.61		
			Tört burgonya	901.48	215.66	5.75	0.46	0.06	46.00	0.00	0.62		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Összesen:	2 428.29	580.92	36.27	16.26	3.88	70.58	0.40	2.07		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!