

Tételes étlap 2025.09.15. - 2025.09.21.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/15/2025 hétfő	(00619)	E	Zöldségleves	388.29	92.70	2.61	2.82	0.38	13.80	0.10	0.32		
			Sertésült csíkok	1 051.65	251.59	22.14	14.74	3.63	7.27	0.27	1.32		
			Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 630.65	390.11	8.10	6.28	0.69	72.83	23.10	0.27		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
					Összesen:	3 737.72	894.00	38.73	25.28	5.06	122.82	23.65	2.45
9/16/2025 kedd	(00619)	E	Baconos csirkés penne (tejmentes)	2 208.39	528.32	33.81	11.63	2.64	72.28	0.66	1.45		
			Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	529.14	126.59	4.01	5.34	0.57	15.53	1.32	0.23		
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
					Összesen:	3 387.71	810.45	38.80	17.83	3.21	124.21	21.98	1.70

9/17/2025 szerda (00619)	Szakiskola laktómentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	353.82	84.65	2.22	1.61	0.19	15.03	0.00	0.93		
			Magyaros zöldbabfőzelék	905.94	216.73	7.31	8.25	0.85	27.74	0.00	0.80		
			Sertéspörkölt	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.41	0.62		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 413.69	816.67	40.41	30.91	8.22	90.98	9.29	2.90		
9/18/2025 csütörtök (00619)	Szakiskola laktómentes Komló	E	Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 529.89	366.00	34.37	13.49	1.79	26.04	0.80	1.23	 	
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 450.36	825.44	43.48	16.19	2.15	124.79	22.70	2.69		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/19/2025 péntek (00619) Szakiskola laktózones Komló	E	Felesborsógulyás	1 427.35	341.47	23.91	10.48	2.44	37.36	0.18	1.29		
		Tejberizs kakaós szóráttal (TEJMENTES)	2 600.38	622.10	7.45	3.57	0.79	139.05	61.22	0.59		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	4 144.06	991.40	31.68	14.37	3.23	182.01	61.40	1.89		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!