

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

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	(00559)	E	Paradicsommártás, Főtt burgonya (fruktózszegény)	1 117.42	267.33	5.84	4.23	0.46	49.51	5.40	0.25		
			Zöldségleves	251.74	60.11	1.71	1.71	0.23	9.19	0.06	0.29	   	
			Sertésült csíkok	799.53	191.27	17.54	11.21	2.84	4.80	0.17	1.03		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 724.63	651.71	29.99	18.35	3.83	87.60	5.78	2.02		
9/16/2025 kedd	(00559)	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	341.22	81.63	3.10	2.34	0.24	11.98	0.83	0.61		
			Baconos csirkés penne (tejmentes)	1 628.40	389.57	25.05	7.59	1.74	55.50	0.50	1.12		
			Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
			Összesen:	2 697.43	645.32	28.33	11.47	2.14	107.27	6.32	1.74		

9/17/2025 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Zöldséges rizsleves	239.42	57.28	1.53	0.89	0.10	10.59	0.00	0.70		
		Magyaros zöldbabfőzelék	639.11	152.90	5.08	6.14	0.63	18.93	0.00	0.69		
		Sertéspörkölt	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.27	0.49		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Összesen:	2 357.79	564.07	29.81	20.60	4.04	62.11	0.45	2.42		

9/18/2025 csütörtök (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 071.81	256.41	23.03	9.92	1.30	18.23	0.58	0.90	 	
		Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
		Zöldborsóleves	412.78	98.62	4.41	1.90	0.24	15.58	0.07	1.05	 	
		Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
		Összesen:	2 501.10	598.21	34.06	12.83	1.65	84.55	0.65	2.79		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/19/2025 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Tejberizs kakaós szórattal (tejment.-fruktózs.)	1 590.88	380.59	4.57	2.26	0.45	84.78	8.59	0.35		
		Felesborsógulyás	922.10	220.60	15.61	6.66	1.59	24.22	0.11	0.79		
		Összesen:	2 512.98	601.19	20.18	8.92	2.04	109.00	8.70	1.14		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!