

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	(00622)	Felsős diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	182.26	43.60	0.94	1.98	0.23	5.34	0.00	0.30		
				Paradicsommártás, Főtt burgonya (gluténmentes)	1 041.60	249.19	5.34	5.67	0.72	41.50	14.91	0.26		
				Sertésült csíkok (gluténmentes)	918.95	219.85	19.43	13.08	3.28	5.58	0.23	1.27		
				Összesen:	2 142.81	512.64	25.71	20.73	4.23	52.42	15.14	1.83		
9/16/2025 kedd	(00622)	Felsős diab.-gluténmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (diab-gluténmentes)	398.40	95.31	4.01	3.81	0.69	10.67	0.06	0.27	 	
				Tejszínes baconos csirkés tészta (gluténmentes)	1 951.37	466.83	28.27	20.74	9.76	39.34	1.54	1.73	 	
				Összesen:	2 349.77	562.14	32.28	24.55	10.45	50.01	1.60	2.00		

9/17/2025	szerda	(00622)	Felsős diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	280.14	67.02	1.80	1.10	0.13	12.24	0.00	1.11		
					Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 083.69	259.26	6.78	12.25	3.83	28.97	1.64	0.86	 	
					Sertéspörkölt (gluténmentes)	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
					Összesen:	2 292.45	548.44	28.11	27.24	7.30	45.63	1.98	2.51		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/18/2025 csütörtök (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	351.36	84.06	3.68	2.22	0.25	11.92	0.02	0.28		
			Sült csirkemell (gluténmentes)	522.41	124.98	22.34	3.23	0.50	1.39	0.17	1.16		
			Petrezselymes burgonya (diab.)	687.66	164.51	4.32	0.81	0.10	34.15	0.00	0.41		
			Uborka saláta (diab.)	51.41	12.30	1.01	0.10	0.00	1.83	5.00	0.13		
			Összesen:	1 612.84	385.85	31.35	6.36	0.85	49.29	5.19	1.98		
9/19/2025 péntek (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Felesborsógulyás (gluténmentes)	763.29	182.61	14.62	7.25	1.84	14.30	0.12	0.81		
			Tejberizs kakaós szóráttal (diab-gluténmentes)	1 002.63	239.86	10.10	5.02	2.62	37.96	30.02	0.51		
			Összesen:	1 765.92	422.47	24.72	12.27	4.46	52.26	30.14	1.32		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!