

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	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Zöldségleves	301.47	71.99	1.99	2.23	0.30	10.66	0.07	0.30		
			Sertésült csíkok	922.68	220.74	19.82	12.97	3.24	5.89	0.20	1.26		
			Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 367.89	327.25	6.87	5.25	0.57	60.95	19.79	0.26		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 147.98	752.98	33.58	21.65	4.41	101.60	20.21	2.27		
9/16/2025 kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	411.90	98.54	3.54	3.35	0.35	13.47	0.99	0.22		
			Baconos csirkés penne (tejmentes)	1 874.75	448.51	28.40	9.00	2.04	63.75	0.59	1.17		
			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:	2 936.83	702.59	32.92	13.21	2.39	113.62	21.58	1.41		

9/17/2025 szerda (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	280.14	67.02	1.80	1.10	0.13	12.24	0.00	0.91		
			Magyaros zöldbabfőzelék	764.54	182.90	6.07	7.19	0.74	23.02	0.00	0.79		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			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:	3 014.12	721.08	34.42	26.77	7.36	82.61	9.22	2.79		
9/18/2025 csütörtök (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 226.90	293.52	28.52	10.27	1.38	21.16	0.64	1.15	 	
			Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 009.00	719.85	36.73	12.70	1.71	113.36	22.16	2.40		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/19/2025 péntek (00589) Felső laktóentes Komló	E	Felesborsógulyás	1 139.95	272.72	19.20	8.53	2.01	29.36	0.14	1.04		
		Tejberizs kakaós szórattal (TEJMENTES)	2 012.61	481.48	5.60	2.80	0.61	107.73	48.58	0.47		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 268.89	782.03	25.12	11.65	2.62	142.69	48.72	1.52		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!