

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	(00641) Felsős tej-tojásmentes Komló	E	Zöldségleves (tojásmentes)	283.50	67.82	1.22	2.09	0.25	10.73	0.24	0.31		
			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:	3 130.01	748.81	32.81	21.51	4.36	101.67	20.38	2.28		
9/16/2025 kedd	(00641) Felsős tej-tojásmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	411.90	98.54	3.54	3.35	0.35	13.47	0.99	0.22		
			Baconos csirkés penne (tej-tojásmentes)	1 870.74	447.55	21.60	9.08	2.15	66.95	3.28	1.24		
			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:	2 932.82	701.63	26.12	13.29	2.50	116.82	24.27	1.48		

9/17/2025 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes 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 (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	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		
			Sült csirkemell	611.58	146.31	22.41	5.56	0.75	1.44	0.16	0.96		
			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		
			Puding (TEJMENTES)	650.56	155.64	0.18	1.54	0.16	35.28	13.98	0.01		
			Összesen:	3 044.24	728.28	30.80	9.53	1.24	128.92	35.66	2.22		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/19/2025 péntek (00641) Felsős tej-tojásmentes Komló	E	Felesborsógulyás (tojásmentes)	1 125.90	269.36	18.57	8.49	1.99	29.15	0.37	1.04		
		Tejberizs kakaós szóráttal (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:	3 254.84	778.67	24.49	11.61	2.60	142.48	48.95	1.52		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!