

Tételes étlap 2025.09.22. - 2025.09.28.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/22/2025 hétfő	(00589)	E	Lebbencsleves	615.41	147.23	3.48	5.32	1.30	20.88	0.09	1.18		
			Vagdalt szelet	1 123.17	268.70	13.14	17.78	5.53	13.33	0.16	1.00		
			Tökfőzelék (TEJMENTES)	884.30	211.56	4.37	8.29	0.89	29.50	1.32	1.03		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
					Összesen:	3 178.82	760.49	25.89	32.59	8.02	87.81	1.72	3.66
9/23/2025 kedd	(00589)	E	Lencseleves (tejmentes)	849.00	203.11	10.12	4.62	0.48	29.92	0.14	0.95		
			Halpörkölt (TEJMENTES)	692.30	165.62	14.52	9.18	1.61	5.15	0.34	0.57		
			Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
			Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
		Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00			
			Összesen:	3 370.95	806.44	36.12	20.81	2.93	120.80	6.47	1.99		

9/24/2025 szerda (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	436.92	104.53	2.26	3.43	0.35	15.65	0.99	0.93		
			Serpenyősburgonya virslivel	1 718.75	411.19	15.26	17.83	6.64	46.36	0.41	2.08		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	3 263.30	780.70	24.99	27.10	11.25	104.28	12.55	4.35		
9/25/2025 csütörtök (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Paradicsom leves	743.00	177.75	3.38	4.28	0.50	30.44	18.19	0.90		
			Majorannás csirkecomb	700.80	167.66	20.94	8.93	1.73	0.69	0.00	0.93		
			Kukoricás rizs	1 470.87	351.88	7.62	8.57	1.02	60.66	0.00	0.80		
			Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Összesen:	3 307.98	791.38	33.99	22.13	3.27	111.50	22.19	2.87		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/26/2025 péntek (00589) Felső laktómentes Komló	E	Gulyásleves	921.56	220.47	13.32	8.87	2.06	21.27	0.21	1.24		
		Almás pite	2 740.87	655.71	11.28	19.39	8.48	108.99	31.55	0.59		
		Összesen:	3 662.43	876.18	24.60	28.26	10.54	130.26	31.76	1.83		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!