

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	(00537) Felső tejmentes Komló	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	(00537) Felső tejmentes Komló	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 (00537)	Felső tejmentes 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 (00537)	Felső tejmentes 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		
9/26/2025 péntek (00537)	Felső tejmentes 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		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!

mevid

ISKOLA ÉTTEREM