

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.09.29. - 2025.10.05.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/29/2025 hétfő	(00641)	E	Felső tej-tojásmentes Komló										
			Vegyes zöldségleves (tej-tojásmentes)	367.50	87.92	2.84	2.24	0.25	13.77	0.27	0.28		
			Felesborsófőzelék	1 094.78	261.91	14.40	4.77	0.60	40.04	0.00	1.00		
			Csirkemell pörkölt	744.54	178.12	22.86	7.50	0.97	4.51	0.34	1.02		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 328.53	796.30	49.98	18.20	2.56	104.99	14.54	3.02		
9/30/2025 kedd	(00641)	E	Felső tej-tojásmentes Komló										
			Fokhagymakrém leves (tejmentes)	422.35	101.04	1.91	3.45	0.37	15.53	1.65	0.99		
			Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
			Budapest sertésragu	1 130.93	270.56	22.89	15.01	4.00	10.54	0.34	0.74		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 137.55	750.62	31.60	26.53	5.26	95.07	1.99	1.95		

10/1/2025 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Almalé (100%)	480.70	115.00	1.00	1.00	0.23	27.50	25.00	0.03		
			Csirkekockák hentes módra	856.91	205.00	26.04	8.62	1.91	5.42	0.74	1.63		
			Hagymás törtburgonya	1 251.58	299.42	6.69	6.11	0.70	53.07	0.00	0.23		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	2 993.63	716.18	34.45	16.09	2.84	107.71	25.74	1.90		
10/2/2025 csütörtök (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves (tojásmentes)	345.21	82.59	2.20	2.25	0.26	13.10	0.27	0.28		
			Húsos tészta (TEJ-TOJÁSMENTES)	2 222.70	531.75	14.29	22.21	6.04	66.65	5.67	0.95		
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
			Összesen:	2 789.45	667.34	16.79	24.46	6.30	91.75	17.94	1.23		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

10/3/2025 péntek (00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (tej-tojásmentes)	991.70	237.25	13.95	9.25	2.33	23.87	0.24	1.21		
		Kakaós csiga (TEJ-TOJÁSMENTES)	2 680.71	641.32	13.81	11.03	1.50	120.76	40.64	0.58		
		Összesen:	3 672.41	878.57	27.76	20.28	3.83	144.63	40.88	1.79		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!