

Tételes étlap 2025.10.06. - 2025.10.12.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/6/2025 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Tojásleves	286.87	68.63	2.07	4.07	0.70	5.53	0.04	0.63	 	
			Aprópecsenye	714.34	170.90	17.09	10.25	2.74	2.27	0.20	0.76		
			Finomfőzelék	726.92	173.90	5.79	6.12	0.99	22.91	1.59	0.92	 	
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	2 414.68	577.68	26.88	22.47	4.63	62.61	2.98	3.17		
10/7/2025 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Olasz zöldségleves	232.79	55.69	1.33	1.34	0.16	9.27	0.52	0.69		
			Bakonyi pulykaragu	783.79	187.51	14.66	10.64	2.95	7.74	0.31	0.88		
			Tészta köret (gluténmentes)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.53		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	2 541.43	608.00	19.39	18.04	3.81	89.01	3.18	2.11		

10/8/2025 szerda (00532)	E	Alsós gluténmentes Komló	Brokkolikrémleves (GLUTÉNMENTES)	328.31	78.54	3.65	2.79	0.57	9.25	0.05	0.66	 	
			Rántott hal (GLUTÉNMENTES)	1 095.99	262.20	14.33	14.63	2.37	11.41	0.05	0.78	  	
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	2 781.62	665.46	25.33	22.74	6.95	79.92	10.88	2.56		
10/9/2025 csütörtök (00532)	E	Alsós gluténmentes Komló	Zöldséges karalábéleves	314.52	75.24	1.55	1.76	0.23	12.84	0.26	0.30		
			Szárnyasvagdalt szelet (gluténmentes)	521.55	124.77	10.76	5.00	0.90	6.90	0.23	0.80		
			Rizi-bizi	1 373.00	328.47	7.74	6.83	0.78	58.55	0.00	0.80		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	2 701.89	646.38	21.04	14.16	1.91	106.03	24.83	2.44		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

10/10/2025 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Lencsegulyás (GLUTÉNMENTES)	929.78	222.44	15.92	6.79	1.52	23.85	0.32	0.99		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Mákos metélt	1 961.45	469.25	6.90	13.40	2.70	78.66	22.33	0.34		
		Összesen:	3 007.56	719.52	23.14	20.51	4.22	108.11	22.65	1.34		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!