

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	(00622)	E	Tojásleves (gluténmentes)	395.50	94.62	2.61	4.96	0.86	9.21	0.07	0.84	 	
			Finomfőzelék (diab-gluténmentes)	827.83	198.05	6.72	7.29	1.16	25.19	0.11	0.35	 	
			Aprópecsenye (gluténmentes)	789.85	188.96	19.25	11.07	3.03	2.73	0.25	0.78		
			Gluténmentes baguett	256.03	61.25	0.73	0.78	0.10	11.75	0.58	0.43		
				Összesen:	2 269.21	542.88	29.31	24.10	5.15	48.88	1.01	2.40	
10/7/2025 kedd	(00622)	E	Olasz zöldségleves (diab.-gluténment.)	146.02	34.93	1.09	1.24	0.14	4.65	0.32	0.68		
			Tészta köret (gluténmentes)	826.24	197.67	1.80	5.36	0.64	34.65	1.51	0.48		
			Bakonyi pulykaragu (gluténmentes)	1 091.59	261.15	17.89	15.98	5.48	10.76	1.53	1.20	 	
				Összesen:	2 063.85	493.75	20.78	22.58	6.26	50.06	3.36	2.36	

10/8/2025 szerda (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	BrokkolikréMLEVES (diab-gluténmentes)	398.40	95.31	4.01	3.81	0.69	10.67	0.06	0.27	 	
			Petrezselymes burgonya (diab.)	687.66	164.51	4.32	0.81	0.10	34.15	0.00	0.41		
			Rostonhal (gluténmentes)	551.65	131.97	13.71	8.13	1.50	0.00	0.00	0.61		
			Uborka saláta (diab.)	51.41	12.30	1.01	0.10	0.00	1.83	5.00	0.13		
			Összesen:	1 689.12	404.09	23.05	12.85	2.29	46.65	5.06	1.42		
10/9/2025 csütörtök (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves (gluténmentes)	274.75	65.73	1.64	2.18	0.27	9.47	0.03	0.90		
			Szárnyasvagdalt szelet (gluténmentes)	632.15	151.23	12.99	6.04	1.09	8.52	0.28	1.06		
			Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.20		
			Összesen:	1 696.50	405.86	17.83	13.91	2.02	48.99	0.31	2.16		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

10/10/2025 péntek (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Mákos metélt (diab.-gluténmentes)	1 299.30	310.84	5.90	13.93	2.74	39.43	21.51	0.29		
			Gulyásleves (gluténmentes)	726.05	173.70	12.30	7.98	1.89	12.71	0.20	1.25		
			Összesen:	2 025.35	484.54	18.20	21.91	4.63	52.14	21.71	1.54		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!