

Tételes étlap 2025.10.20. - 2025.10.26.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/20/2025 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Burgonyaleves (Gluténmentes)	444.87	106.43	2.01	2.24	0.28	18.97	0.32	0.89	 	
			Zöldséges hal	676.46	161.83	14.02	7.76	1.39	7.70	0.02	0.49	 	
			Jázmin rizs	1 219.97	291.86	5.18	6.27	0.77	53.20	0.08	0.20		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	2 823.25	675.42	22.84	19.49	5.23	99.62	13.46	2.12		
10/21/2025 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldségleves	236.33	56.54	1.05	1.59	0.19	9.25	0.20	0.30		
			Sertéspörkölt (GLUTÉNMENTES)	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.27	0.49		
			Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 036.14	247.88	11.81	4.59	0.66	38.81	0.10	0.61		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	2 866.28	685.71	32.11	20.10	4.00	89.71	1.72	2.25		



ISKOLA ÉTTEREM

10/22/2025 szerda (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	279.26	66.81	1.56	1.77	0.22	10.81	0.25	0.27		
		Serpenyősburgonya virslivel (gluténment.)	1 448.31	346.49	12.24	13.96	5.06	41.90	0.35	1.43		
		Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02		
		Összesen:	2 499.74	598.03	16.27	17.95	5.48	88.39	3.08	3.27		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!