

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

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	(00559)	E	Zöldséges reszelttészta leves	300.81	71.96	2.21	1.53	0.19	12.15	0.00	1.28		
			Zöldséges hal	658.34	157.50	14.05	7.68	1.37	6.87	0.00	0.49		
			Jázmin rizs	1 219.97	291.86	5.18	6.27	0.77	53.20	0.08	0.20		
			Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
			Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
			Összesen:	2 772.82	663.35	23.22	22.93	9.18	88.15	0.80	2.58		
10/21/2025 kedd	(00559)	E	Daragaluskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90		
			Felesborsófőzelék	925.07	221.31	12.05	4.13	0.52	33.71	0.00	1.00		
			Sertéspörkölt	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.27	0.49		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 699.51	645.82	36.44	21.64	4.27	73.97	0.42	2.84		



ISKOLA ÉTTEREM

10/22/2025 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Zöldséges karfiolleves	292.25	69.92	2.52	1.84	0.22	10.68	0.00	0.27	 	
		Serpenyősburgonya virslivel	1 434.42	343.16	12.27	13.91	5.04	41.26	0.34	1.63		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
		Összesen:	2 487.49	595.09	21.47	17.27	5.62	85.45	0.52	2.86		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!