

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	(00641)	E	Zöldséges hal	793.98	189.95	16.22	9.26	1.60	9.06	0.00	0.52	 	
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Jázmin rizs	1 399.27	334.75	5.92	7.30	0.90	60.80	0.10	0.20		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Zöldséges burgonyaleves (tojásmentes)	537.30	128.54	2.70	2.69	0.31	22.84	0.35	1.10		
			Összesen:	3 227.97	772.24	26.54	22.48	5.60	113.27	14.11	2.43		
10/21/2025 kedd	(00641)	E	Zöldségleves (tojásmentes)	283.50	67.82	1.22	2.09	0.25	10.73	0.24	0.31		
			Felesborsófőzelék	1 094.78	261.91	14.40	4.77	0.60	40.04	0.00	1.00		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 132.47	749.39	40.53	22.19	4.49	93.77	0.73	2.30		



ISKOLA ÉTTEREM

10/22/2025	szerda	(00641)	Felsős tej-tojásmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves (tojásmentes)	345.21	82.59	2.20	2.25	0.26	13.10	0.27	0.28		
				Serpenyősburgonya virslivel	1 718.75	411.19	15.26	17.83	6.64	46.36	0.41	2.08			
				Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80			
				Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54			
				Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01			
					Összesen:	2 924.50	699.65	24.22	22.00	7.26	97.30	2.38	3.71		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!