

Tételes étlap 2025.11.03. - 2025.11.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/3/2025 hétfő	(00640)	E	BrokkolikréMLEVES (TEJMENTES)	529.14	126.59	4.01	5.34	0.57	15.53	1.32	0.23		
			Bácskai rizseshús	2 815.93	673.67	29.80	24.32	4.75	83.00	0.68	2.11		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 616.06	865.09	34.83	30.08	5.32	112.33	8.20	3.10		
11/4/2025 kedd	(00640)	E	Zöldséges burgonyaleves	670.54	160.42	4.40	3.43	0.41	27.48	0.10	1.12	  	
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	900.67	215.47	7.20	7.67	0.83	29.06	3.32	0.91		
			Aprópecsenye	940.78	225.07	21.56	13.72	3.52	3.48	0.32	1.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 633.70	869.31	43.04	28.51	5.50	106.69	17.67	3.75		

11/5/2025 szerda (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Zöldséges zellerleves	449.67	107.38	3.41	2.51	0.32	17.11	0.10	0.95		
		Párolt rizs	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
		Bugaci sertésragu	1 451.21	347.18	28.49	20.32	5.42	12.13	0.85	0.73		
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Összesen:	3 661.60	875.78	39.42	30.77	6.64	108.59	0.95	1.99		
11/6/2025 csütörtök (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Zöldséges zöldbaleves	488.34	116.63	4.17	2.53	0.33	18.80	0.24	0.92		
		Halrogogós (tejmentes)	943.34	225.68	17.41	10.84	1.85	13.08	0.18	1.30		
		Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
		Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
		Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
		Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
		Összesen:	3 352.15	801.75	30.39	15.77	2.36	130.63	22.32	3.67		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/7/2025 péntek (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Felesborsógulyás	1 427.35	341.47	23.91	10.48	2.44	37.36	0.18	1.29	 	
		Pogácsa (TEJMENTES)	1 961.08	469.16	13.88	10.24	2.56	80.77	1.48	1.83	 	
		Fehér kenyér	238.80	57.13	1.90	0.20	0.00	11.50	0.02	0.30		
		Összesen:	3 627.23	867.76	39.69	20.92	5.00	129.63	1.68	3.42		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!