

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025 hétfő (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Daragaluskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90		
			Magyaros burgonyafőzelék	812.51	194.38	4.72	3.21	0.35	35.86	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:	2 586.95	618.89	29.11	20.72	4.10	76.12	0.42	2.84		
11/11/2025 kedd (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Zöldborsóleves	412.78	98.62	4.41	1.90	0.24	15.58	0.07	1.05		
			Tarhonyás hús	2 133.64	510.44	27.43	17.79	3.94	59.44	0.34	0.75		
			Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
			Összesen:	2 718.78	650.29	32.90	19.82	4.19	83.75	0.41	2.33		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/12/2025 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Csontleves	245.25	58.67	2.34	1.14	0.02	9.59	0.00	0.29		
		Pirított baconos sertésborda	869.85	208.10	17.94	12.84	3.71	4.99	0.34	0.66		
		Fehérbabfőzelék	1 103.70	264.04	14.58	4.47	0.52	41.07	0.00	0.21		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	2 774.74	663.81	39.76	19.65	4.55	79.75	0.49	1.61		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2025 csütörtök	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló (00559)	E	Paradicsom leves (szőlőcukorral)	610.77	146.12	2.83	3.26	0.38	25.41	2.88	0.78		
			Tavaszi rizseshús	1 742.78	416.93	19.83	10.76	2.41	59.62	0.00	1.46		
			Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
			Összesen:	2 503.84	599.01	23.81	14.18	2.81	92.25	2.88	2.95		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/14/2025 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	567.21	135.70	10.20	6.83	2.00	8.16	0.15	1.20		
		Flekken szelet	770.95	184.44	17.60	10.28	2.73	5.14	0.13	0.76		
		Tört burgonya	901.48	215.66	5.75	0.46	0.06	46.00	0.00	0.62		
		Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
		Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
		Összesen:	2 754.67	659.01	35.07	24.97	11.63	71.09	1.00	3.08		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!