

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	(00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Zöldségleves (tojásmentes)	236.33	56.54	1.05	1.59	0.19	9.25	0.20	0.30		
			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	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	2 528.10	604.81	28.97	18.37	3.85	77.70	0.65	2.33		
11/11/2025 kedd	(00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Zöldborsóleves (tojásmentes)	394.81	94.45	3.64	1.76	0.19	15.65	0.24	1.07		
			Tarhonyás hús (tojásmentes)	2 034.36	486.69	20.48	15.27	3.35	65.02	2.96	1.62		
			Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24		
			Összesen:	2 609.34	624.24	25.18	17.16	3.55	89.90	8.20	2.93		

11/12/2025 szerda (00613)	E	Alsós tej-tojásmentes Komló	Csontleves (tojásmentes)	232.69	55.67	1.64	0.94	0.03	10.02	0.24	0.30		
			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		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Pírtott baconos sertésborda	869.85	208.10	17.94	12.84	3.71	4.99	0.34	0.66	 	
			Összesen:	3 031.81	725.31	39.54	19.69	4.56	94.66	0.73	1.62		
11/13/2025 csütörtök (00613)	E	Alsós tej-tojásmentes Komló	Paradicsom leves (tojásmentes)	616.77	147.55	1.73	3.08	0.34	27.20	17.20	0.74	 	
			Tavaszi rizseshús	1 742.78	416.93	19.83	10.76	2.41	59.62	0.00	1.46		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	2 584.14	618.21	22.37	14.23	2.75	98.16	21.54	2.74		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/14/2025 péntek (00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	567.21	135.70	10.20	6.83	2.00	8.16	0.15	1.20		
		Almás pite (tej- tojásmentes)	2 118.09	506.72	8.27	18.84	8.40	76.29	16.13	1.20		
		Összesen:	2 685.30	642.42	18.47	25.67	10.40	84.45	16.28	2.40		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!