

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	(00622)	E	Felső diab.-gluténmentes Komló	Zöldségleves (gluténmentes)	182.26	43.60	0.94	1.98	0.23	5.34	0.00	0.30		
			Burgonyafőzelék (diab.-gluténment)	1 048.78	250.90	4.77	8.14	2.94	38.19	1.39	1.03	 		
			Sertéspörkölt (gluténmentes)	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54			
			Összesen:	2 159.66	516.66	25.24	24.01	6.51	47.95	1.73	1.87			
11/11/2025 kedd	(00622)	E	Felső diab.-gluténmentes Komló	Zöldborsóleves (gluténmentes)	351.36	84.06	3.68	2.22	0.25	11.92	0.02	0.28		
			Tarhonyás hús (diab-gluténmentes)	1 705.48	408.01	25.30	18.00	4.23	35.05	1.68	0.76			
			Vitamin saláta (diab.)	52.01	12.44	0.58	0.07	0.01	2.27	3.00	0.12			
		Összesen:	2 108.85	504.51	29.56	20.29	4.49	49.24	4.70	1.16				

11/12/2025	szerda	(00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	204.27	48.87	1.83	1.18	0.03	7.68	0.10	0.31		
					Fehérbabfőzelék (gluténmentes)	1 112.28	266.10	12.22	8.45	2.64	34.65	1.12	0.24		
					Pirított baconos sertésborda (gluténment.)	999.38	239.09	19.76	15.08	4.29	5.58	0.46	0.90		
					Összesen:	2 315.93	554.06	33.81	24.71	6.96	47.91	1.68	1.45		



ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2025 csütörtök (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	382.76	91.57	1.52	4.10	0.49	10.94	18.37	0.83	 	
		Tavaszi rizseshús (diab-gluténment.)	1 475.21	352.92	19.94	13.37	2.90	37.70	0.00	1.78		
		Összesen:	1 857.97	444.49	21.46	17.47	3.39	48.64	18.37	2.61		

11/14/2025 péntek (00622) Felsős diab.-gluténmentes Komló	E	Tört burgonya (diab)	646.71	154.72	4.13	0.33	0.04	33.00	0.00	0.61		
		Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (gluténment.)	825.10	197.39	12.66	11.69	4.52	9.79	1.30	1.55		
		Flekken szelet (gluténmentes)	933.59	223.35	19.34	13.15	3.30	6.25	0.21	0.98		
		Uborka saláta (diab.)	51.41	12.30	1.01	0.10	0.00	1.83	5.00	0.13		
		Összesen:	2 456.81	587.76	37.14	25.27	7.86	50.87	6.51	3.27		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!