

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.11.17. - 2025.11.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/17/2025 hétfő	(00640)	E	Tarhonyaleves	423.37	101.29	2.53	3.29	0.34	14.85	0.10	0.95		
			Húspogácsa (TEJMENTES)	1 567.25	374.94	17.47	25.52	7.59	17.92	0.35	0.61		
			Tökfőzelék (TEJMENTES)	1 144.33	273.76	5.77	10.40	1.11	38.83	1.65	1.05		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	4 071.71	974.09	32.13	40.89	9.40	115.00	2.28	3.15		
11/18/2025 kedd	(00640)	E	Sült csirkemell	749.46	179.30	27.45	6.70	0.91	2.03	0.24	1.00		
			Almalé (100%)	480.70	115.00	1.00	1.00	0.23	27.50	25.00	0.03		
			Hagymás törtburgonya	1 374.13	328.74	7.48	6.17	0.70	59.32	0.00	0.24		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	3 151.45	753.94	37.74	18.29	5.74	108.48	40.89	2.02		

11/19/2025 szerda (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Vegyes zöldségleves csipetkével	449.10	107.28	4.34	2.91	0.37	15.53	0.08	0.28		
			Halpökrölt (TEJMENTES)	800.71	191.56	16.22	10.73	1.85	6.30	0.51	0.87		
			Tészta köret	1 857.42	444.36	13.00	7.77	1.23	80.00	0.10	0.70		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 578.66	855.98	35.94	21.99	3.48	125.80	5.69	2.10		
11/20/2025 csütörtök (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	512.26	122.36	3.85	3.40	0.44	18.66	0.10	0.33		
			Zöldséges sertésragu	1 169.21	279.71	23.91	15.75	3.74	10.13	0.00	1.27		
			Párolt rizs	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 534.74	845.43	35.44	27.09	5.08	113.02	0.10	1.91		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/21/2025 péntek (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Lencsegulyás	1 461.19	349.57	25.62	10.64	2.32	37.30	0.18	1.48	 	
		Burgonyás tészta	2 774.76	663.82	20.52	12.24	1.63	116.27	0.51	1.17	 	
		Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	4 510.89	1 079.17	47.94	23.34	3.95	166.82	5.69	2.81		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!