

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/24/2025 hétfő	(00640)	E	Zöldségleves	388.29	92.70	2.61	2.82	0.38	13.80	0.10	0.32		
			Lecsós ragu	954.05	228.24	22.12	11.98	3.32	7.62	0.68	1.31		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	3 245.18	776.17	36.51	21.93	4.54	111.42	0.78	1.97		
11/25/2025 kedd	(00640)	E	Gyümölcsleves (TEJMENTES)	784.43	187.66	2.14	0.74	0.05	42.10	21.30	0.41		
			Borsos tokány	1 147.20	274.45	22.39	17.94	5.36	5.46	0.34	1.05		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Tört burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.62		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 462.77	828.41	33.27	22.49	8.27	119.97	32.24	3.09		

11/26/2025 szerda	Szakiskola tejmentes Komló (00640)	E	Zöldséges reszelttészta leves	401.60	96.08	2.90	2.48	0.32	15.29	0.00	1.31		
			Magyaros zöldbabfőzelék	905.94	216.73	7.31	8.25	0.85	27.74	0.00	0.80		
			Csirkemell pörkölt	842.00	201.44	25.46	8.55	1.10	5.34	0.41	1.16		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 492.60	835.55	45.95	23.27	3.01	107.04	14.34	4.00		
11/27/2025 csütörtök	Szakiskola tejmentes Komló (00640)	E	Zöldséges karfiolleves	446.58	106.84	3.85	3.00	0.36	15.92	0.00	0.30		
			Baconos csirke (tejmentes)	902.22	215.84	22.56	10.28	2.55	6.58	0.66	1.36		
			Teljes kiőrlésű tésztaköret	1 329.10	317.97	13.60	6.40	0.93	48.00	3.44	0.79		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
		Összesen:	3 332.09	797.15	40.99	20.42	3.84	106.98	24.10	2.46			

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/28/2025 péntek (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Babgulyás	1 607.03	384.46	24.03	14.92	2.92	37.94	0.18	1.78		
		Tejberizs kakaós szórattal (TEJMENTES)	2 600.38	622.10	7.45	3.57	0.79	139.05	61.22	0.59		
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
		Összesen:	4 381.91	1 048.31	31.96	18.97	3.71	185.39	61.40	2.38		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!