

Tételes étlap 2026.01.12. - 2026.01.18.

Tételes étlap 2026.01.12. - 2026.01.18.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/12/2026 hétfő	(00641)	E	Csontleves	276.58	66.17	2.03	1.26	0.04	11.53	0.27	0.31		
			Erdei gyümölcsmártás (tejmentes)	1 105.55	264.49	2.57	9.95	1.12	40.73	19.64	0.30		
			Főtt hús	598.91	143.28	18.90	7.29	2.60	0.36	0.00	0.98		
			Piritott dara	889.84	212.88	4.70	5.14	0.53	36.70	0.00	0.30		
			Összesen:	2 870.88	686.82	28.20	23.64	4.29	89.32	19.91	1.89		
1/13/2026 kedd	(00641)	E	Paradicsom leves (tojásmentes)	723.93	173.19	2.06	4.07	0.45	30.93	18.59	0.84	 	
			Sült csirkemell	611.58	146.31	22.41	5.56	0.75	1.44	0.16	0.96		
			Kukoricás rizs	1 470.87	351.88	7.62	8.57	1.02	60.66	0.00	0.80		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 075.52	735.77	33.05	18.68	2.22	106.59	23.71	3.21			

1/14/2026 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Tarhonyaleves (tojásmentes)	330.89	79.16	1.35	2.15	0.25	13.24	0.40	0.94		
			Magyaros zöldborsófőzelék	993.05	237.57	12.13	6.35	0.63	32.37	1.70	0.23		
			Párolt sertésszelet	826.54	197.74	19.37	11.99	3.13	2.83	0.13	0.83	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	2 994.69	716.43	39.05	22.17	4.37	86.96	2.41	2.54		
1/15/2026 csütörtök (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Lencseleves (tej-tojásmentes)	834.96	199.75	9.49	4.58	0.46	29.71	0.37	0.95		
			Rostonhal	551.65	131.97	13.71	8.13	1.50	0.00	0.00	0.61		
			Tört burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.62		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	2 806.98	671.52	31.04	17.61	5.92	93.06	11.34	2.98		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

1/16/2026 péntek (00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E	Sertésraguleves (tojásmentes)	735.80	176.03	13.54	7.16	1.79	13.90	0.27	0.38		
		Almás pite (TEJ- TOJÁSMENTES)	2 900.41	693.88	11.10	22.14	9.81	112.63	31.48	1.58		
		Összesen:	3 636.21	869.91	24.64	29.30	11.60	126.53	31.75	1.96		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!