

Tételes étlap 2026.02.09. - 2026.02.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/9/2026 hétfő	(00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Zöldséges zellerleves	294.19	70.25	2.25	1.55	0.21	11.38	0.07	0.89		
			Rántott hal (TEJMENTES)	1 145.72	274.10	15.79	14.31	2.24	19.27	1.07	0.85		
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Paprikasaláta (fruktózszegevény)	188.98	45.21	0.98	0.24	0.00	9.68	0.72	0.30		
			Összesen:	2 551.71	610.33	24.84	17.03	2.56	86.48	1.86	2.46		
2/10/2026 kedd	(00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Finomfőzelék (tejment.-fruktózszege.)	637.00	152.39	5.17	5.45	0.59	20.41	0.96	0.87		
			Köménymaglevés	487.13	116.54	1.63	3.39	0.39	18.51	0.69	0.61		
			Grill csirkemell	468.94	112.19	19.86	3.13	0.46	1.01	0.00	0.55		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
			Összesen:	2 988.01	714.84	32.72	14.95	1.96	108.64	6.82	2.58		

2/11/2026 szerda (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Csontleves	245.25	58.67	2.34	1.14	0.02	9.59	0.00	0.29		
			Bácskai rizseshús	2 107.52	504.19	22.93	19.78	3.83	57.95	0.41	1.84		
			Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
				Összesen:	2 525.13	604.09	26.33	21.05	3.86	76.27	0.41	2.66	

2/12/2026 csütörtök (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Húsos tészta (tejment-fruktózszege)	1 980.18	473.73	19.65	19.96	5.33	53.17	0.48	0.83	 	
		Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	341.22	81.63	3.10	2.34	0.24	11.98	0.83	0.61		
		Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
		Összesen:	2 742.74	656.16	23.47	29.62	12.41	72.35	2.03	1.52		



ISKOLA ÉTTEREM

2/13/2026 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Fejtett bableves sertéshússal (tejmentes)	777.34	185.97	12.98	6.40	1.54	18.80	0.11	0.80	 	
		Tejberizs kakaós szóráttal (tejment.-fruktózszege.)	1 590.88	380.59	4.57	2.26	0.45	84.78	8.59	0.35		
		Fehér kenyér	238.80	57.13	1.90	0.20	0.00	11.50	0.02	0.30		
		Összesen:	2 607.02	623.69	19.45	8.86	1.99	115.08	8.72	1.45		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!