

Tételes étlap 2026.02.16. - 2026.02.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/16/2026 hétfő	(00537)	Felső tejmentes Komló	E Magyaros zöldborsófőzelék	993.05	237.57	12.13	6.35	0.63	32.37	1.70	0.23		
			Tojásleves	312.20	74.69	2.80	4.62	0.75	5.39	0.00	0.35	 	
			Aprópecsenye	825.83	197.57	19.35	11.97	3.13	2.81	0.24	0.78		
			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:	3 067.84	733.93	40.64	24.62	4.87	83.97	2.12	1.90		
2/17/2026 kedd	(00537)	Felső tejmentes Komló	E Paradicsom leves	743.00	177.75	3.38	4.28	0.50	30.44	18.19	0.90	   	
			Csirkemell pörkölt	744.54	178.12	22.86	7.50	0.97	4.51	0.34	1.02		
			Tészta köret	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.08	0.56	 	
			Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
			Összesen:	3 185.21	762.02	37.81	18.32	2.50	109.50	24.60	2.72		

2/18/2026 szerda	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91	④ ⑤	
			Rakott kelkáposzta (tejmentes)	1 375.63	329.10	24.72	13.90	2.96	25.87	0.00	1.38		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	⑤	
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	3 179.05	760.54	34.65	26.07	7.95	92.92	9.63	2.84		
2/19/2026 csütörtök	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	383.96	91.70	2.98	2.34	0.31	14.34	0.08	0.31	④ ⑤	
			Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
			Budapest ragu	962.97	230.38	25.62	9.32	1.88	10.61	0.34	1.00	⑤	
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	3 170.35	758.31	35.50	19.83	3.08	108.95	20.42	1.53		
2/20/2026 péntek	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Lencsegulyás	1 166.46	279.06	20.50	8.66	1.92	29.38	0.14	1.24	④ ⑤	
			Fánk (TEJMENTES)	2 061.89	493.28	13.00	11.39	1.14	84.54	5.99	0.21	⑤	
			Áfonyás dzsem	195.62	46.80	0.08	0.00	0.00	11.60	10.68	0.00		
			Porcukor	83.92	20.08	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	0.00		
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	3 682.39	880.97	34.06	20.53	3.06	138.92	21.81	1.46		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!