

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026 hétfő	(00619)	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	536.76	128.41	2.45	4.52	0.48	19.42	1.98	1.19		
			Pincepörkölt	2 120.67	507.34	31.53	16.80	4.75	55.88	0.51	2.06		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	3 384.56	809.70	40.46	22.86	5.59	106.62	4.57	4.79		
3/17/2026 kedd	(00619)	E	Daragaluskaleves	675.99	161.72	3.28	8.14	0.97	18.43	0.00	0.95		
			Vadas tokány (TEJMENTES)	1 076.84	257.62	22.27	14.38	3.77	9.21	1.84	1.19		
			Spagetti	1 655.16	395.97	13.50	8.63	1.19	65.61	0.00	0.88		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	3 792.55	907.31	39.55	31.65	5.93	115.25	21.84	3.03		

3/18/2026 szerda (00619)	Szakiskola laktómentes Komló	E	Zöldséges burgonyaleves	670.54	160.42	4.40	3.43	0.41	27.48	0.10	1.12		
			Budapest sertésragu	1 264.30	302.46	27.95	14.87	3.64	13.71	0.44	0.82		
			Párolt rizs	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 695.56	884.10	39.87	26.24	4.95	120.54	0.54	2.25		
3/19/2026 csütörtök (00619)	Szakiskola laktómentes Komló	E	Kertészleves	395.42	94.40	4.36	2.13	0.29	14.09	0.10	1.05		
			Chili con carne	2 987.84	714.80	42.20	24.16	5.79	77.25	1.34	0.79		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	4 050.39	968.80	52.44	27.73	6.44	120.26	1.62	2.38		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

3/20/2026 péntek (00619) Szakiskola laktózones Komló	E	Sertésraguleves	957.49	229.07	17.67	10.34	2.40	15.90	0.00	0.41		
		Almás pite	2 740.87	655.71	11.28	19.39	8.48	108.99	31.55	0.59		
		Összesen:	3 698.36	884.78	28.95	29.73	10.88	124.89	31.55	1.00		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!