

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026 hétfő	(00559)	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	347.70	83.18	1.58	2.86	0.30	12.74	1.32	0.79		
			Pincepörkölt	1 612.33	385.73	22.81	11.71	3.29	45.96	0.34	1.38		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 609.66	624.32	30.09	15.85	3.89	87.39	1.81	3.04		
3/17/2026 kedd	(00559)	E	Daragaluskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90		
			Vadas tokány (mustár nélkül)	746.41	178.57	17.38	10.26	2.74	3.92	0.00	0.79		
			Spagetti	1 299.04	310.77	10.50	7.02	0.96	51.03	0.00	0.74		
			Összesen:	2 451.82	586.56	30.05	21.46	4.20	67.44	0.00	2.43		

3/18/2026 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Burgonyaleves	458.24	109.63	3.01	2.30	0.27	18.87	0.07	0.89		
		Budapest sertésragu	895.00	214.12	17.89	12.32	3.27	7.58	0.27	0.65		
		Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
		Összesen:	2 612.24	624.95	26.50	21.33	4.32	80.70	0.34	1.75		

3/19/2026 csütörtök (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64		
		Chili con carne	2 017.49	482.65	30.22	13.92	2.67	55.90	0.68	0.61		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	2 821.89	674.95	37.73	16.32	3.15	89.28	0.90	1.70		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

3/20/2026 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Sertésraguleves	602.97	144.25	11.84	5.72	1.47	11.07	0.00	0.35		
		Tavaszi rizses csirkemáj	1 748.43	418.29	22.34	12.54	2.26	53.46	0.00	0.78		
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
		Összesen:	2 501.69	598.50	35.33	18.42	3.75	71.75	0.00	1.84		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!