

Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/13/2026 hétfő (00559) Alsós tejrmentes-fruktózszeq.Komló	E Zöldséges reszelttészta leves	300.81	71.96	2.21	1.53	0.19	12.15	0.00	1.28		
	Magyaros burgonyafőzelék	812.51	194.38	4.72	3.21	0.35	35.86	0.00	1.00		
	Aprópecsenye	715.09	171.07	17.17	10.22	2.73	2.34	0.19	0.76		
	Teljes kiörlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
	Összesen:	2 495.54	597.01	29.98	16.40	3.63	79.27	0.37	3.58		
4/14/2026 kedd (00559) Alsós tejrmentes-fruktózszeq.Komló	E Zöldborsóleves	412.78	98.62	4.41	1.90	0.24	15.58	0.07	1.05		
	Csirkés carbonara (tejrmentes)	701.07	167.72	16.49	7.98	1.92	6.24	0.99	0.48		
	Tészta köret	1 328.26	317.77	9.10	6.18	0.95	56.00	0.07	0.54		
	Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
	Összesen:	2 863.45	684.91	30.72	23.38	9.95	85.02	1.85	2.15		

4/15/2026 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Paradicsom leves (szőlőcukorral)	610.77	146.12	2.83	3.26	0.38	25.41	2.88	0.78		
		Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 071.81	256.41	23.03	9.92	1.30	18.23	0.58	0.90		
		Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
		Összesen:	2 755.69	659.26	32.83	14.27	1.81	97.01	3.46	2.81		

4/16/2026 csütörtök (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszegeg.Komló	E	Vegyes zöldségleves (tejmentes)	290.03	69.27	2.73	1.80	0.24	10.28	0.06	0.25		
			Rozmaringos csirkecomb	552.31	132.13	16.74	6.95	1.37	0.49	0.00	0.78		
			Barna rizs	1 259.00	300.04	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
			Összesen:	2 922.84	697.97	26.05	17.08	2.55	109.40	5.05	1.67		
4/17/2026 péntek (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszegeg.Komló	E	Babgulyás	1 029.19	246.22	15.68	9.32	1.88	24.54	0.11	1.18		
			Flekkén szelet	770.95	184.44	17.60	10.28	2.73	5.14	0.13	0.76		
			Tört burgonya	901.48	215.66	5.75	0.46	0.06	46.00	0.00	0.62		
			Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
			Összesen:	2 873.98	687.55	40.09	20.19	4.68	84.41	0.24	3.09		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!