

Tételes étlap 2026.08.31. - 2026.09.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2026 kedd	(00559) Alsós tejmentes-fruktózszegeg.Komló	E	Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64		
			Lecsós ragu	744.86	178.20	17.48	9.83	2.69	4.68	0.41	0.94		
			Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23		
			Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
			Összesen:	2 591.78	619.91	29.41	23.92	10.40	74.27	1.20	1.89		
9/2/2026 szerda	(00559) Alsós tejmentes-fruktózszegeg.Komló	E	Znaimi sertéscomb (tejmentes-fruktózszegegény)	857.37	205.11	17.52	13.09	3.54	4.03	0.49	0.83		
			Zöldséges reszelttészta leves	300.81	71.96	2.21	1.53	0.19	12.15	0.00	1.28		
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 636.94	630.84	30.45	16.75	4.14	86.43	0.64	2.98		

9/3/2026 csütörtök (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Vöröslencse krémleves (tejmentes)	248.51	59.45	1.05	3.01	0.34	6.82	0.69	0.30		
		Tavaszi rizses csirkemell	1 620.06	387.57	22.05	6.50	0.83	59.68	0.00	1.45		
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
		Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
		Összesen:	2 746.67	657.10	24.43	11.21	1.35	113.51	5.68	2.47		



ISKOLA ÉTTEREM

9/4/2026 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Rozmaringos csirkeraguleves (tejment.)	521.60	124.79	13.32	2.88	0.42	11.13	0.00	0.44		
		Pogácsa (TEJMENTES)	1 411.88	337.77	9.43	8.47	2.20	56.14	0.97	0.50		
		Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
		Összesen:	2 354.82	563.36	23.47	18.67	9.46	74.47	1.69	1.02		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!