

Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(00559)	E	Paradicsommártás, Főtt burgonya (fruktózszegény)	1 117.42	267.33	5.84	4.23	0.46	49.51	5.40	0.25		
			Zöldségleves	251.74	60.11	1.71	1.71	0.23	9.19	0.06	0.29		
			Sertésült csíkok	799.53	191.27	17.54	11.21	2.84	4.80	0.17	1.03		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
					Összesen:	2 724.63	651.71	29.99	18.35	3.83	87.60	5.78	2.02
9/15/2026 kedd	(00559)	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	341.22	81.63	3.10	2.34	0.24	11.98	0.83	0.61		
			Baconos csirkés penne (tejmentes)	1 628.40	389.57	25.05	7.59	1.74	55.50	0.50	1.12		
			Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
					Összesen:	2 697.43	645.32	28.33	11.47	2.14	107.27	6.32	1.74

9/16/2026 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Zöldséges rizsleves	239.42	57.28	1.53	0.89	0.10	10.59	0.00	0.70		
		Sertéspörkölt	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.27	0.49		
		Magyaros zöldbabfőzelék	639.11	152.90	5.08	6.14	0.63	18.93	0.00	0.69		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Összesen:	2 357.79	564.07	29.81	20.60	4.04	62.11	0.45	2.42		

9/17/2026 csütörtök (00559)	E	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	Tojásleves	238.28	57.00	2.18	3.87	0.64	3.31	0.00	0.34	 	
			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		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
			Összesen:	2 747.94	657.39	32.55	22.12	8.89	79.48	1.30	2.16		
9/18/2026 péntek (00559)	E	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	Tejberizs kakaós szórattal (tejment.-fruktózszege.)	1 590.88	380.59	4.57	2.26	0.45	84.78	8.59	0.35		
			Felesborsógulyás	922.10	220.60	15.61	6.66	1.59	24.22	0.11	0.79	 	
			Összesen:	2 512.98	601.19	20.18	8.92	2.04	109.00	8.70	1.14		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!