

Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/21/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Lebbencsleves	496.42	118.76	2.12	4.30	1.07	17.42	0.30	0.92		
			Tökfőzelék	862.42	206.32	3.54	9.99	2.60	24.28	0.98	0.77	 	
			Vagdalt szelet (gluténmentes)	874.07	209.11	9.76	15.00	4.66	7.05	0.23	0.77		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 744.96	656.69	16.87	30.84	8.53	72.25	2.66	3.31		
9/22/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Lencseleves (GLUTÉNMENTES)	675.60	161.63	7.61	3.56	0.37	24.27	0.32	0.72		
			Halpörkölt (TEJ-GLUTÉNMENTES)	618.10	147.87	12.80	7.75	1.41	5.59	0.30	0.42	 	
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 002.50	718.30	27.55	18.39	2.57	107.82	5.62	1.59		

9/23/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves	392.94	94.01	3.45	1.82	0.21	15.49	0.25	0.28		
			Serpenyősburgonya virslivel (gluténment.)	1 448.31	346.49	12.24	13.96	5.06	41.90	0.35	1.43		
			Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 395.30	573.05	17.56	17.40	5.47	82.57	3.08	3.26		
9/24/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Paradicsomleves (GLUTÉNMENTES)	636.47	152.27	1.57	3.20	0.38	28.07	17.23	0.74	 	
			Majorannás csirkecomb	552.31	132.13	16.74	6.95	1.37	0.49	0.00	0.78		
			Kukoricás rizs	1 237.42	296.03	6.35	7.45	0.89	50.55	0.00	0.99		
			Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
			Összesen:	2 581.97	617.69	25.81	17.76	2.66	86.68	20.73	2.73		



ISKOLA ÉTTEREM

9/25/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Gulyásleves	749.74	179.36	10.33	6.89	1.61	18.43	0.37	1.00		
		Mákos metélt	1 961.45	469.25	6.90	13.40	2.70	78.66	22.33	0.34		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	2 827.52	676.44	17.55	20.61	4.31	102.69	22.70	1.35		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!