

Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/5/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Tojásleves	286.87	68.63	2.07	4.07	0.70	5.53	0.04	0.63		
			Aprópecsenye	714.34	170.90	17.09	10.25	2.74	2.27	0.20	0.76		
			Finomfőzelék	726.92	173.90	5.79	6.12	0.99	22.91	1.59	0.92		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	2 678.95	640.90	27.70	22.09	4.63	78.41	2.98	3.22		
10/6/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Olasz zöldségleves	232.79	55.69	1.33	1.34	0.16	9.27	0.52	0.69		
			Tészta köret (gluténmentes)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.53		
			Bakonyi csirkeragu	634.35	151.76	17.18	5.54	1.23	7.80	0.31	0.90		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	2 459.39	588.38	22.03	13.00	2.09	92.69	3.18	2.13		

10/7/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (GLUTÉNMENTES)	328.31	78.54	3.65	2.79	0.57	9.25	0.05	0.66	 	
			Rántott hal (GLUTÉNMENTES)	1 095.99	262.20	14.33	14.63	2.37	11.41	0.05	0.78	  	
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	2 787.62	666.89	25.39	22.75	6.95	80.16	11.07	2.66		
10/8/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	314.52	75.24	1.55	1.76	0.23	12.84	0.26	0.30		
			Szárnyasvagdalt szelet (gluténmentes)	521.55	124.77	10.76	5.00	0.90	6.90	0.23	0.80		
			Rizi-bizi	1 373.00	328.47	7.74	6.83	0.78	58.55	0.00	0.80		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	2 701.89	646.38	21.04	14.16	1.91	106.03	24.83	2.44		



ISKOLA ÉTTEREM

10/9/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Lencsegulyás (GLUTÉNMENTES)	929.78	222.44	15.92	6.79	1.52	23.85	0.32	0.99		
		Káposztás kocka (GLUTÉNMENTES)	1 674.53	400.61	4.25	7.80	0.93	76.59	19.83	1.15		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 749.72	657.84	20.57	14.99	2.45	107.44	20.15	2.15		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!