mevid ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2026.11.09. - 2026.11.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/9/2026 hétfő	(00589) Felsős laktózmentes Komló	E	Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91		
			Rakott kelkáposzta (tejmentes)	1 375.63	329.10	24.72	13.90	2.96	25.87	0.00	1.38		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	2 902.24	694.32	33.74	21.75	4.05	87.59	0.18	2.84		
11/10/2026 kedd	(00589) Felsős laktózmentes Komló	E	Zöldborsóleves	489.84	117.03	5.11	2.45	0.30	18.19	0.08	1.17		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Tészta köret	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.08	0.56		
			Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
			Összesen:	3 116.13	745.34	36.21	22.88	4.67	97.16	6.49	2.51		

ISKOLA ÉTTEREM

11/11/2026 szerda	(00589) Felsős laktózmentes Komló	**E**	Csontleves	290.94	69.60	2.84	1.49	0.02	11.04	0.00	0.30		
			Fehérbabfőzelék	1 305.78	312.39	17.06	5.53	0.65	48.23	0.00	0.21		
			Pirított baconos sertésborda	1 005.52	240.55	20.25	14.96	4.24	6.00	0.43	0.70		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 314.96	793.05	45.61	23.42	5.21	97.21	0.58	1.66		
11/12/2026 csütörtök	(00589) Felsős laktózmentes Komló	**E**	Paradicsom leves	743.00	177.75	3.38	4.28	0.50	30.44	18.19	0.90		
			Tavaszi rizseshús	2 155.96	515.78	25.24	15.23	3.31	68.74	0.00	1.81		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Összesen:	3 022.69	723.13	29.18	19.59	3.81	105.74	23.15	3.31		

ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2026 péntek	(00589) Felsős laktózmentes Komló	**E**	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	694.17	166.07	12.62	8.51	2.50	9.50	0.17	1.52		
			Almás pite (TEJMENTES)	2 900.41	693.88	11.10	22.14	9.81	112.63	31.48	1.58		
			Összesen:	3 594.58	859.95	23.72	30.65	12.31	122.13	31.65	3.10		

....

Üzletvezető Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!