



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/20/2025 hétfő	(00589) Felső laktózmentes Komló	E Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91		
		Chilis bab	2 099.16	502.19	31.58	15.82	3.03	57.74	0.05	0.95		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	3 177.54	760.18	39.02	23.13	4.06	96.54	0.20	2.31		
1/21/2025 kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E Lebbencsleves	615.41	147.23	3.48	5.32	1.30	20.88	0.18	1.18		
		Majorannás csirkecomb	700.80	167.66	20.94	8.93	1.73	0.69	0.00	0.93		
		Rizi-bizi	1 590.52	380.51	9.25	7.83	0.89	67.72	0.00	0.81		
		Vegyes vágott savanyúság	66.53	15.92	0.88	0.16	0.08	2.72	0.00	0.48		
Összesen:	2 973.26	711.32	34.55	22.24	4.00	92.01	0.18	3.40				



ISKOLA ÉTTEREM

1/22/2025 szerda	Felső laktómentes Komló (00589)	E	Olasz zöldségleves	294.26	70.26	2.34	1.80	0.25	10.94	0.58	0.89	
		Vagdalt szelet	1 123.17	268.70	13.14	17.78	5.53	13.33	0.10	1.00		
		Magyaros burgonyafőzelék	980.83	234.65	5.59	4.21	0.47	42.64	0.00	1.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
	Összesen:	3 131.28	748.97	26.29	25.23	6.55	100.61	0.83	3.34			
1/23/2025 csütörtök	Felső laktómentes Komló (00589)	E	Zöldséges karalábéleves	383.96	91.70	2.98	2.34	0.31	14.34	0.08	0.31	
		Húsos tészta (TEJMENTES)	2 345.55	561.14	23.02	23.66	6.35	63.39	2.84	0.98		
		Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
	Összesen:	3 114.07	744.84	26.50	26.50	6.66	99.73	22.92	1.30			



ISKOLA ÉTTEREM

1/24/2025 péntek (00589) Felső laktómentes Komló	E	Felesborsógulyás	1 139.95	272.72	19.20	8.53	2.01	29.36	0.37	1.04		
		Tejberizs kakaós szóráttal (TEJMENTES)	2 012.61	481.48	5.60	2.80	0.61	107.73	48.58	0.47		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 268.89	782.03	25.12	11.65	2.62	142.69	48.95	1.52		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!