



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/3/2025 hétfő	(00535) Felső Komló	E	Burgonyaleves	571.55	136.73	3.78	2.87	0.35	23.48	0.99	1.21		
			Natúr szelet	896.98	214.59	19.63	12.93	3.23	4.68	0.14	0.98		
			Tökfőzelék	952.44	227.86	5.42	11.16	2.96	26.03	0.80	1.08		
			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:		3 133.69	749.69	34.29	28.40	6.84	86.13	2.08	3.72		
2/4/2025 kedd	(00535) Felső Komló	E	Zöldbableves	577.47	138.00	4.73	5.60	2.59	16.77	1.85	0.93		
			Zhaimi sertéscomb	1 120.46	268.05	20.57	18.13	6.01	5.35	1.29	1.24		
			Párolt rizs	1 452.61	347.52	6.53	7.68	0.89	62.62	0.54	0.28		
		Összesen:		3 150.54	753.57	31.83	31.41	9.49	84.74	3.68	2.45		
2/5/2025 szerda	(00535) Felső Komló	E	Zöldségleves kölesgombóccal	431.12	103.14	3.16	2.67	0.36	14.66	0.14	0.91		
			Bajor sült grillkolbász	780.47	186.72	11.85	19.02	5.94	0.26	0.09	1.51		
			Lencsefőzelék	1 561.35	373.53	20.84	10.39	2.61	48.72	1.03	0.24		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:		3 328.88	796.39	40.75	33.28	9.21	87.74	1.41	3.11		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2/6/2025 csütörtök (00535) Felső Komló	E	Gyümölcsleves	689.44	164.94	3.58	0.99	0.42	34.39	16.98	0.47	
		Húsos hajdinakása	2 140.63	512.11	28.90	16.24	2.90	60.74	0.72	0.84	
		Tejföl	273.79	65.50	1.30	6.00	3.90	1.60	1.60	0.05	
		Összesen:	3 103.86	742.55	33.78	23.23	7.22	96.73	19.30	1.36	
2/7/2025 péntek (00535) Felső Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal	836.46	200.11	13.33	11.53	4.42	10.53	1.07	0.96	
		Burgonyás tészta	1 977.19	473.01	14.44	9.23	1.21	81.89	0.86	0.87	
		Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80	
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
		Fehér kenyér	238.80	57.13	1.90	0.20	0.00	11.50	0.02	0.30	
		Összesen:	3 245.86	776.52	30.55	21.44	5.63	112.84	3.47	2.94	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM