



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 (00537) Felsős tejmentes Komló	E Zöldséges burgonyaleves	550.02	131.58	3.58	2.84	0.34	22.51	0.18	1.10		
	Hagymás sertésborda	917.98	219.61	19.76	12.96	3.23	5.70	0.00	1.18		
	Tökfőzelék (TEJMENTES)	884.30	211.56	4.37	8.29	0.89	29.50	1.32	1.03		
	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:	3 085.32	738.11	32.93	25.53	4.76	91.41	1.65	3.76		
2/4/2025 kedd (00537) Felsős tejmentes Komló	E Zöldséges zöldbableves	386.52	92.31	3.33	1.93	0.25	15.01	0.33	0.90		
	Zhaimi sertéscomb (TEJMENTES)	1 006.83	240.87	19.91	15.25	4.08	5.69	0.89	1.21		
	Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
	Összesen:	2 977.62	712.20	30.04	25.25	5.22	89.70	1.22	2.33		



ISKOLA ÉTTEREM

2/5/2025 szerda (00537)	Felsőstejmentes Komló	E	Zöldségleves	301.47	71.99	1.99	2.23	0.30	10.66	0.07	0.30	
		Sertésült csíkok	922.69	220.74	19.82	12.97	3.24	5.89	0.43	1.26		
		Lencsefőzelék	1 423.86	340.64	20.18	7.39	0.65	47.90	0.23	0.61		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	3 203.96	766.37	46.89	23.79	4.49	88.55	0.88	2.62		
2/6/2025 csütörtök (00537)	Felsőstejmentes Komló	E	Gyümölcsleves (TEJMENTES)	649.36	155.35	1.71	0.61	0.04	34.93	18.14	0.41	
		Húsos hajdinakása	2 140.63	512.11	28.90	16.24	2.90	60.74	0.72	0.84		
		Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
		Összesen:	2 994.71	716.44	31.78	16.99	2.96	106.22	24.85	1.49		
2/7/2025 péntek (00537)	Felsőstejmentes Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	694.06	166.04	12.63	8.53	2.46	9.49	0.05	1.50	
		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	203.58	48.70	0.56	0.56	0.00	9.80	0.00	0.01		
		Összesen:	2 922.83	699.23	28.11	18.40	3.67	103.10	2.43	3.18		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!