



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/17/2025 hétfő (00537) Felsős tejmentes Komló	E Magyaros zöldborsófőzelék	993.05	237.57	12.13	6.35	0.63	32.37	1.70	0.23		
	Tojásleves	312.20	74.69	2.80	4.62	0.75	5.39	0.00	0.35		
	Aprópecsenye	824.52	197.25	19.33	11.97	3.13	2.84	0.26	0.78		
	Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
	Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
	Összesen:	2 955.34	707.01	39.64	24.38	4.81	79.18	2.11	1.81		
2/18/2025 kedd (00537) Felsős tejmentes Komló	E Paradicsom leves	725.45	173.55	3.10	4.28	0.52	30.84	18.39	0.89		
	Csirkemell pörkölt	744.54	178.12	22.86	7.50	0.97	4.51	0.72	1.02		
	Tészta köret	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.88	0.56		
	Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
	Összesen:	3 154.93	754.77	37.85	18.39	2.52	108.58	23.99	2.70		



ISKOLA ÉTTEREM

2/19/2025 szerda (00537) Felső tejmentes Komló	E	Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91		
		Húspogácsa szelet	1 021.68	244.42	12.81	16.02	5.33	11.63	0.10	0.49		
		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		
		Összesen:	3 080.89	737.06	25.84	27.54	6.83	93.07	0.25	2.85		
2/20/2025 csütörtök (00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	383.96	91.70	2.98	2.34	0.31	14.34	0.08	0.31		
		Borsos tokány	1 060.42	253.69	20.14	17.11	5.07	4.43	0.50	0.99		
		Kuszkusz	1 471.19	351.96	8.96	9.06	0.98	46.80	0.02	0.81		
		Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
		Összesen:	3 039.30	726.95	32.64	28.59	6.36	72.13	5.56	2.71		
2/21/2025 péntek (00537) Felső tejmentes Komló	E	Lencsegulyás	1 166.46	279.06	20.50	8.66	1.92	29.38	0.37	1.24		
		Gyümölcslepény (TEJMENTES)	2 853.46	682.65	13.79	20.52	2.17	109.80	22.63	0.81		
		Összesen:	4 019.92	961.71	34.29	29.18	4.09	139.18	23.00	2.05		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!