



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/24/2025 hétfő (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64		
		Tört burgonya	823.09	196.91	5.25	0.42	0.05	42.00	0.00	0.61		
		Pírtott baconos sertésborda	1 007.39	241.00	17.99	16.45	4.21	4.99	0.34	0.68		
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
		Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
		Összesen:	2 957.04	707.29	27.18	19.77	4.62	103.28	5.40	2.65		
2/25/2025 kedd (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E Tarhonyaleves	290.06	69.39	1.89	1.77	0.17	11.09	0.11	0.70		
		Sült csirkemell	490.23	117.28	19.89	3.60	0.52	1.20	0.14	0.74		
		Felesborsófőzelék	925.07	221.31	12.05	4.13	0.52	33.71	0.00	1.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Összesen:	2 372.49	567.58	39.71	10.94	1.57	74.92	0.43	2.98		



# ISKOLA ÉTTEREM

2/26/2025 szerda (00559) Alsós tejrmentes-fruktózszeq.Komló	E	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	362.53	86.73	1.99	2.41	0.24	13.84	0.83	0.91		
		Lecsós ragu	744.86	178.20	17.48	9.83	2.69	4.68	0.86	0.94		
		Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23		
		Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
		Összesen:	2 705.85	647.34	28.79	25.13	10.46	78.83	2.41	2.16		



# ISKOLA ÉTTEREM

2/27/2025 csütörtök (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Rántott sertésborda	1 159.66	277.43	20.09	12.97	3.11	19.57	0.82	1.11		
		Sárgarépas rizs	1 292.63	309.24	5.84	6.75	0.79	55.87	0.00	1.03			
		Zöldségleves	251.74	60.11	1.71	1.71	0.23	9.19	0.06	0.29			
		Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42			
		Összesen:	2 797.72	669.19	28.44	21.51	4.13	89.22	0.88	2.85			
2/28/2025 péntek (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Tárkonyos harcsaraguleves	540.58	129.19	10.09	3.11	0.29	14.84	0.07	0.75		
		Fokhagymás csirkecomb	556.83	133.21	16.80	6.95	1.37	0.72	0.00	0.98			
		Hagymás törtburgonya	1 134.80	271.48	6.17	5.14	0.59	48.91	0.00	0.23			
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71			
		Összesen:	2 382.50	569.84	34.21	15.36	2.27	71.69	0.07	2.67			



# ISKOLA ÉTTEREM

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!