



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.04.14. - 2025.04.20.

|                               | Diéta                              |   | Étlap tétel                   | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|-------------------------------|------------------------------------|---|-------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 4/14/2025<br>hétfő<br>(00559) | Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló | E | Csontleves                    | 245.25       | 58.67          | 2.34        | 1.14     | 0.02           | 9.59           | 0.00      | 0.29   |            |          |
|                               |                                    |   | Vagdalt szelet                | 941.29       | 225.19         | 10.97       | 14.79    | 4.60           | 11.46          | 0.14      | 0.76   |            |          |
|                               |                                    |   | Magyaros burgonyafőzelék      | 812.51       | 194.38         | 4.72        | 3.21     | 0.35           | 35.86          | 0.00      | 1.00   |            |          |
|                               |                                    |   | Teljes kiőrlésű kenyér        | 555.94       | 133.00         | 4.90        | 1.20     | 0.30           | 24.10          | 0.15      | 0.45   |            |          |
|                               |                                    |   | Összesen:                     | 2 554.99     | 611.24         | 22.93       | 20.34    | 5.27           | 81.01          | 0.29      | 2.50   |            |          |
| 4/15/2025<br>kedd<br>(00559)  | Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló | E | Zöldborsóleves                | 412.78       | 98.62          | 4.41        | 1.90     | 0.24           | 15.58          | 0.07      | 1.05   |            |          |
|                               |                                    |   | Csirkés carbonara (tejmentes) | 701.07       | 167.72         | 16.49       | 7.98     | 1.92           | 6.24           | 0.99      | 0.48   |            |          |
|                               |                                    |   | Tészta köret                  | 1 328.26     | 317.77         | 9.10        | 6.18     | 0.95           | 56.00          | 0.07      | 0.54   |            |          |
|                               |                                    |   | Natúr kókuszgurt              | 421.34       | 100.80         | 0.72        | 7.32     | 6.84           | 7.20           | 0.72      | 0.08   |            |          |
|                               |                                    |   | Összesen:                     | 2 863.45     | 684.91         | 30.72       | 23.38    | 9.95           | 85.02          | 1.85      | 2.15   |            |          |



# ISKOLA ÉTTEREM

|                                                                       |   |                                    |          |        |       |       |      |        |      |      |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|------|------|--|--|
| 4/16/2025<br>szerda<br>(00559)<br>Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló | E | Rántott csirkemell<br>(TEJMENTES)  | 1 071.81 | 256.41 | 23.03 | 9.92  | 1.30 | 18.23  | 0.58 | 0.90 |  |  |
|                                                                       |   | Petrezselymes burgonya             | 922.82   | 220.77 | 5.82  | 0.93  | 0.11 | 46.15  | 0.00 | 0.42 |  |  |
|                                                                       |   | Zöldségleves                       | 251.74   | 60.11  | 1.71  | 1.71  | 0.23 | 9.19   | 0.06 | 0.29 |  |  |
|                                                                       |   | Káposzta saláta<br>(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:                          | 3 124.47 | 747.37 | 31.89 | 14.26 | 1.82 | 120.58 | 5.63 | 2.33 |  |  |

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!