



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.05.26. - 2025.06.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2025 hétfő (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64		
			Főtt hús	532.56	127.41	16.80	6.48	2.31	0.32	0.00	0.76		
			Serpenyős burgonya	1 020.31	244.09	5.82	3.77	0.43	45.58	0.34	0.67		
			Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 529.63	605.03	31.19	12.78	3.23	88.01	0.56	3.05		
5/27/2025 kedd (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	347.70	83.18	1.58	2.86	0.30	12.74	1.32	0.79		
			Borsos tokány	911.49	218.06	17.82	14.63	4.40	3.49	0.20	0.92		
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
			Összesen:	2 668.48	638.40	26.15	24.36	5.50	77.70	1.52	2.63		



ISKOLA ÉTTEREM

5/28/2025 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Zöldborsófőzelék (tejmentes, szőlőcukorral)	930.39	222.58	10.43	5.65	0.56	32.00	1.16	0.23		
		Tarhonyaleves	290.06	69.39	1.89	1.77	0.17	11.09	0.05	0.70	 	
		Pulykasült	524.62	125.51	16.41	6.60	1.50	0.06	0.00	0.76		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Összesen:	2 412.20	577.08	34.61	15.46	2.59	72.07	1.39	2.23		



ISKOLA ÉTTEREM

5/29/2025 csütörtök (00559)	Alsós tejmentes-fruktószeg.Komló	E	Daragalskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90	  	
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Ratatouille csirkemell	606.94	145.20	21.16	4.10	0.57	5.50	0.00	0.75		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	2 603.26	622.79	35.03	10.65	1.54	93.06	0.18	2.61		
5/30/2025 péntek (00559)	Alsós tejmentes-fruktószeg.Komló	E	Babgulyás	1 029.19	246.22	15.68	9.32	1.88	24.54	0.11	1.18	 	
			Szerb rizses csirkemell	1 899.48	454.42	25.83	13.16	1.62	57.57	0.27	0.48		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Összesen:	3 022.36	723.05	42.31	22.56	3.50	86.70	0.38	2.08		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!