



Lónyay Utcai Református Gimnázium



Tételes étlap 2025.06.16. - 2025.06.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidr át (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/20/2025 péntek	(05648) Ét. Lónyay Gimnázium 15-18 év	E	Sertés raguleves	1 074.39	257.03	13.91	17.78	5.86	9.82	0.00	0.40	1,7	
			Túrós batyu	739.02	176.80	4.04	8.92	2.63	18.72	6.00	0.24	1,7,(3),(5),(6),(8),(9),(11),(12)	
			Kakaós csiga	728.99	174.40	2.28	9.60	4.40	19.60	10.00	0.40	1,3,(5),(6),(7),(8),(9),(11),(12)	
			Gyümölcs	614.28	146.96	1.82	0.14	0.00	33.88	0.00	0.08		
			Összesen:	3 156.68	755.19	22.05	36.44	12.89	82.02	16.00	1.12		

Nyomokban moggyorót, dióféléleket szezám-magot tartalmazhat.
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

