



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.03. - 2021.05.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 03. hétfő	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	169,84	40,63	1,40	0,02	6,82	0,00	1,56		
			Főtt hús	532,56	127,41	16,80	2,31	0,32	0,00	0,76		
			Gyümölcsmártás, Főtt burgonya (diab.-gluténment.)	1 204,46	288,15	5,21	2,58	40,24	20,03	0,96		
			Összesen:	1 906,86	456,19	23,41	4,91	47,38	20,03	3,28		
2021. 05. 04. kedd	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsomleves (GLUTÉNMENTES)	306,52	73,33	1,00	0,35	10,43	17,08	0,71		
			Sült csirkecombfilé	543,13	129,93	16,83	1,16	1,65	0,14	0,99		
			Petrezselymes burgonya	687,66	164,51	4,32	0,10	34,15	0,00	0,81		
			Vitamin saláta	96,26	23,03	1,06	0,01	4,23	0,00	0,53		
			Összesen:	1 633,57	390,80	23,21	1,62	50,46	17,22	3,04		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 05. szerda	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Tarhonyaleves (diab.)	189,30	45,29	0,86	0,17	6,87	0,00	0,68	
			Lencsefőzelék (GLUTÉNMENTES)	1 176,21	281,39	13,35	1,84	36,69	0,24	0,60	
			Sertéssült	790,02	189,00	17,20	2,85	4,21	0,02	0,76	
			Összesen:	2 155,53	515,68	31,41	4,86	47,77	0,26	2,04	



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 06. csütörtök	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Burgonyaleves (gluténmentes)	296,30	70,88	1,34	0,18	12,32	0,01	0,80	 	
			Lecsós csirkemáj (Glutment.)	650,36	155,59	16,68	1,54	7,43	0,01	0,74		
			Párolt rizs	824,68	197,29	3,20	0,76	31,00	0,00	0,99		
			Összesen:	1 771,34	423,76	21,22	2,48	50,75	0,02	2,53		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 07. péntek	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Sertésraguleves (gluténmentes)	562,23	134,50	11,12	1,45	9,32	0,02	0,74	  	
			Mákos metélt (diab.- gluténment.)	1 189,28	284,52	4,82	2,53	37,63	20,00	1,26		
			Összesen:	1 751,51	419,02	15,94	3,98	46,95	20,02	2,00		