



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.03. - 2021.05.09.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 03. hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Csontleves (gluténmentes)	317,86	76,04	2,37	0,02	12,94	0,00	1,69		
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	3,46	0,48	0,00	1,24		
			Gyümölcsmártás, Főtt burgonya (gluténmentes)	2 248,07	537,82	8,57	3,93	85,28	18,06	1,30		
			Összesen:	3 364,77	804,97	36,14	7,41	98,70	18,06	4,23		
2021. 05. 04. kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	771,17	184,49	1,42	0,57	33,36	20,25	0,82		
			Stefánia szelet (gluténmentes)	1 484,18	354,82	16,45	7,39	17,40	0,07	0,89		
			Petrezselymes burgonya	1 021,29	244,33	6,36	0,17	50,25	0,00	0,82		
			Vitamin saláta	263,34	63,00	1,63	0,02	13,39	6,99	0,85		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	3 656,31	874,47	26,18	8,15	120,00	27,31	3,39		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 05. szerda	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Tarhonyaleves (gluténment.)	390,94	93,53	1,30	0,34	15,03	0,00	0,90	
			Sertéssült (gluténmentes)	1 170,19	279,95	25,83	4,23	6,43	0,02	1,05	
			Lencsefőzelék (gluténmentes)	2 002,45	479,06	23,52	2,73	65,51	0,38	0,61	
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,00	40,85	0,00	0,00	
			Összesen:	4 284,08	1 024,09	51,65	7,30	127,82	0,40	2,56	
2021. 05. 06. csütörtök	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Burgonyaleves (gluténment.)	754,50	180,50	3,29	2,16	27,43	0,02	1,19	
			Lecsós csirkemáj	874,44	209,20	20,99	2,10	9,49	0,01	1,18	
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 798,58	430,28	8,00	1,11	77,50	0,00	1,19	
			Narancs	138,49	33,13	0,48	0,00	6,80	0,00	0,01	
			Összesen:	3 566,01	853,11	32,76	5,37	121,22	0,03	3,57	



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 07. péntek	Szakiskola gluténmentes Komló* (00582)	E	Sertésraguleves (gluténmentes)	954,08	228,25	17,06	2,43	15,48	0,03	1,20		
			Mákos metélt (gluténmentes)	2 720,87	650,93	7,75	3,85	110,14	29,97	1,64		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	3 791,28	907,01	25,13	6,28	131,22	30,00	2,85		