



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.10. - 2021.05.16.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 10. hétfő	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Zöldségleves (diab.-gluténmentes)	213,54	51,09	0,89	0,17	8,28	0,00	1,08		
		Sült csirkecomb	542,54	129,79	16,81	1,31	0,84	0,00	0,78		
		Fejtett babfőzelék (gluténment.)	1 204,79	288,23	13,11	1,88	40,83	0,04	0,60	 	
		Összesen:	1 960,87	469,11	30,81	3,36	49,95	0,04	2,46		
2021. 05. 11. kedd	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Köménymagleves (gluténmentes)	503,34	120,09	0,89	0,30	22,26	0,03	0,79		
		Roston hal	484,51	115,91	12,18	1,31	0,00	0,00	0,98		
		Párolt vegyes zöldség (gluténment.)	250,77	3,54	3,52	0,02	9,80	0,00	3,08		
		Petrezselymes burgonya	343,83	82,26	2,16	0,05	17,08	0,00	0,41		
Összesen:	1 582,45	321,80	18,75	1,68	49,14	0,03	5,26				



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 12. szerda (00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	304,14	72,76	1,38	0,19	12,60	0,02	0,68		
		Bakonyi sertésragu	817,45	195,56	15,41	4,00	6,29	0,01	0,80	 	
		Párolt rizs	824,68	197,29	3,20	0,76	31,00	0,00	0,99		
		Összesen:	1 946,27	465,61	19,99	4,95	49,89	0,03	2,47		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 13. csütörtök (00607)		2021. 05. 14. péntek (00607)								
E	Lebbencsleves	483,83	115,75	1,96	1,06	17,08	0,00	0,88		
	Finomfőzelék (gluténmentes)	706,54	169,03	5,79	0,91	21,56	0,06	0,92	 	
	Pulyka aprópecsenye	252,72	60,46	5,52	0,97	1,02	0,07	0,14		
	Körte	174,50	41,75	0,48	0,00	8,40	0,00	0,01		
Összesen:		1 617,59	386,99	13,75	2,94	48,06	0,13	1,95		
E	Becsinált leves (gluténmentes)	683,38	163,49	11,67	2,74	10,46	0,02	0,94	 	
	Túrós metélt (diab.)	1 275,41	305,12	12,68	4,84	32,87	6,00	0,39		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
Összesen:		2 075,12	496,44	24,67	7,58	48,93	6,02	1,34		