



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	(00514)	Alsós gombamentes Komló	E Tav. zöldségleves vajgaluskával (gombament.)	337,96	80,85	2,65	0,66	9,63	0,53	0,68		
			Csirkemell cornflakes bundában	1 139,44	272,59	23,13	1,68	13,44	0,00	0,91		
			Fehér kenyér	238,80	57,13	1,90	0,00	11,50	0,02	0,20		
			Burgonyapüré	587,60	139,90	4,00	0,60	27,60	2,40	0,00		
			Vitamin saláta	180,17	43,10	1,06	0,01	9,23	5,00	0,53		
			Összesen:	2 483,97	593,57	32,74	2,95	71,40	7,95	2,32		
2021. 05. 11. kedd	(00514)	Alsós gombamentes Komló	E Narancslé 100% 2dl	378,00	90,00	1,40	0,10	18,80	18,80	0,00		
			Flekken szelet	776,43	185,75	17,37	2,84	3,66	0,14	0,81		
			Vajas kukorica, Rizs	1 353,10	323,71	7,94	1,03	58,02	0,14	0,60		
			Összesen:	2 507,53	599,46	26,71	3,97	80,48	19,08	1,41		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 12. szerda	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	328,98	78,57	2,60	0,25	12,61	0,71	0,68		
			Halpaprikás	693,63	165,94	13,45	2,60	4,93	0,00	0,31		
			Bulgur	1 034,02	247,37	7,37	0,67	45,52	0,00	0,62		
			Körte	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	2 172,96	519,71	23,74	3,52	68,66	0,71	1,62		
2021. 05. 13. csütörtök	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Lebbencsleves	520,42	124,50	3,03	1,10	17,68	0,53	0,92		
			Pulyka aprópecsenye	754,26	180,44	16,79	2,93	2,57	0,20	0,68		
			Finomfőzelék	672,28	160,83	6,44	0,85	20,52	1,92	0,92		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	0,30	24,10	0,15	0,30		
			Összesen:	2 502,90	598,77	31,16	5,18	64,87	2,80	2,82		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 14. péntek	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Becsinált leves (gombamentes)	687,26	164,42	11,88	2,72	11,06	0,42	0,94		
			Díós metélt	2 167,43	518,52	14,22	3,74	73,35	19,98	1,13		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	2 971,02	710,77	26,42	6,46	90,01	20,40	2,08		