



# 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	(00582)	E	Szakiskola gluténmentes Komló*	Zöldségleves (gluténmentes)	345,96	82,77	1,27	0,28	13,50	0,00	1,10		
				Sült csirkecomb (gluténmentes)	670,89	160,50	22,99	1,44	0,55	0,00	1,26		
				Fejtett babfőzelék (gluténment.)	1 875,21	448,62	21,21	2,77	64,79	0,06	0,80		
				Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,00	40,85	0,00	0,00		
				Összesen:	3 612,56	863,44	46,47	4,49	119,69	0,06	3,16		
2021. 05. 11. kedd	(00582)	E	Szakiskola gluténmentes Komló*	Narancslé 100% 2dl	378,00	90,00	1,40	0,10	18,80	18,80	0,00		
				Rántott hal (gluténmentes)	1 457,96	348,79	18,95	2,89	25,41	0,05	0,89		
				Petrezselymes burgonya	1 021,29	244,33	6,36	0,17	50,25	0,00	0,82		
				Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,00	8,00	7,80	0,75		
				Összesen:	3 016,25	721,16	28,01	3,16	102,46	26,65	2,46		



# ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 12. szerda		Szakiskola gluténmentes Komló* (00582)										
E	Zöldséges karalábéleves (gluténment.)	467,80	111,91	2,12	0,36	18,10	0,02	0,92				
	Bakonyi sertésragu (gluténmentes)	1 231,40	294,59	22,29	5,98	9,92	0,02	1,10	 			
	Párolt rizs (gluténmentes)	1 798,58	430,28	8,00	1,11	77,50	0,00	1,19				
	Körte	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01				
	Összesen:	3 614,11	864,61	32,73	7,45	111,12	0,04	3,22				
2021. 05. 13. csütörtök		Szakiskola gluténmentes Komló* (00582)										
E	Lebbencsleves (gluténmentes)	616,43	147,47	2,76	0,79	25,47	0,00	1,27	 			
	Finomfőzelék	917,55	219,51	7,78	1,25	27,16	2,05	0,97	 			
	Pulyka aprópecsenye (gluténmentes)	1 128,14	269,89	25,04	4,40	3,67	0,35	0,79				
	Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,00	40,85	0,00	0,00				
Összesen:	3 382,62	808,42	36,58	6,44	97,15	2,40	3,03					



# ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 14. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Becsinált leves (gluténment.)	1 080,73	258,55	17,57	4,29	15,08	0,03	1,40		
		Burgonyás tészta (gluténmentes)	2 196,81	525,55	6,26	1,00	102,62	0,00	0,47		
		Vitamin saláta	263,34	63,00	1,63	0,02	13,39	6,99	0,85		
		Összesen:	3 540,88	847,10	25,46	5,31	131,09	7,02	2,72		