



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.17. - 2021.05.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 17. hétfő	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Zöldségleves	226,34	54,15	0,91	0,17	9,01	0,00	1,08		
		Natúr szelet	775,39	185,50	17,07	2,85	3,53	0,10	0,76		
		Párolt rizs	824,68	197,29	3,20	0,76	31,00	0,00	0,99		
		Uborka saláta	40,42	9,67	0,80	0,00	1,44	4,00	0,42		
		Összesen:	1 866,83	446,61	21,98	3,78	44,98	4,10	3,25		
2021. 05. 18. kedd	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Fokhagymakrém leves (gluténmentes)	416,12	99,55	2,38	1,52	10,91	0,04	0,83		
		Bolognai spagetti (gluténmentes)	1 804,68	431,74	15,45	8,47	39,03	0,51	1,06		
		Összesen:	2 220,80	531,29	17,83	9,99	49,94	0,55	1,89		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 19. szerda (00607)		2021. 05. 20. csütörtök (00607)							
E	Zöldséges reszeltészta leves	296,55	70,94	1,44	0,23	11,62	0,04	1,28	
	Sült csirkecombfilé	543,13	129,93	16,83	1,16	1,65	0,14	0,99	
	Felesborsófőzelék (gluténmentes)	820,22	196,23	9,36	0,53	29,40	0,04	0,99	
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	Összesen:	1 805,31	431,89	28,03	1,92	49,67	0,22	3,27	
E	Csontleves	221,03	52,88	1,47	0,02	9,74	0,00	1,56	
	Pulykasült	709,91	169,83	16,41	2,93	0,38	0,00	0,72	
	Petrezselymes burgonya	687,66	164,51	4,32	0,10	34,15	0,00	0,81	
	Uborka saláta	40,42	9,67	0,80	0,00	1,44	4,00	0,42	
	Összesen:	1 659,02	396,89	23,00	3,05	45,71	4,00	3,51	



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 21. péntek (00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Tárkonyos csirkeraguleves (GLUTÉNMENTES)	663,90	158,83	13,45	1,69	13,50	0,04	0,73		
		Díós metélt (diab.-gluténment)	1 248,95	298,79	4,44	3,20	35,19	20,00	0,56		
		Összesen:	1 912,85	457,62	17,89	4,89	48,69	20,04	1,29		