



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.31. - 2021.06.06.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 31. hétfő	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Zöldségleves	226,34	54,15	0,91	0,17	9,01	0,00	1,08		
		Pirított baconos sertésborda (gluténment.)	1 056,22	252,68	17,57	4,39	4,69	0,36	0,87		
		Kelkáposztafőzelék	803,30	192,18	5,93	0,54	30,10	0,06	0,69		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	2 202,19	526,84	24,73	5,10	49,40	0,42	2,65		
2021. 06. 01. kedd	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Karfiolleves	378,46	90,54	2,37	1,43	10,96	0,01	1,20		
		Tarhonyás hús (GLUTÉNMENTES)	1 449,51	346,77	18,03	3,16	36,03	0,00	1,43		
		Uborka saláta	40,42	9,67	0,80	0,00	1,44	4,00	0,42		
		Összesen:	1 868,39	446,98	21,20	4,59	48,43	4,01	3,05		





ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 02. szerda (00607)		Alsós diab.-gluténmentes Komló									
E	Zöldséges rizsleves (diab.)	169,28	40,50	1,07	0,10	6,99	0,00	0,68			
	Pulykasült	709,91	169,83	16,41	2,93	0,38	0,00	0,72			
	Zöldborsófőzelék (diab.-gluténmentes)	771,25	184,51	8,72	0,85	23,10	0,04	0,66			
	Gluténmentes baguett	360,25	85,78	0,50	0,00	20,43	0,00	0,00			
	Összesen:	2 010,69	480,62	26,70	3,88	50,90	0,04	2,06			
2021. 06. 03. csütörtök (00607)		Alsós diab.-gluténmentes Komló									
E	Paradicsomleves (GLUTÉNMENTES)	306,52	73,33	1,00	0,35	10,43	17,08	0,71			
	Grill csirkecomb (gluténmentes)	475,86	113,84	16,73	1,05	0,46	0,00	0,99			
	Petrezselymes burgonya	687,66	164,51	4,32	0,10	34,15	0,00	0,81			
	Összesen:	1 470,04	351,68	22,05	1,50	45,04	17,08	2,51			



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 04. péntek (00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Palócleves (GLUTÉNMENTES)	771,16	184,49	10,90	2,84	13,24	0,02	1,17	 	
		Mákos metélt (diab.- gluténment.)	1 189,28	284,52	4,82	2,53	37,63	20,00	1,26		
		Összesen:	1 960,44	469,01	15,72	5,37	50,87	20,02	2,43		