



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.31. - 2021.06.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsír v (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 31. hétfő	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Daragaluskaleves	396,44	94,84	2,05	0,50	12,07	0,06	0,88		
			Mustáros csirkemell	611,84	146,37	21,03	1,61	4,66	0,23	0,74		
			Párolt rizs	1 265,25	302,69	5,72	0,78	54,45	0,14	0,99		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,00	19,36	0,00	0,04		
			Összesen:	2 624,55	627,88	29,84	2,89	90,54	0,43	2,65		
2021. 06. 01. kedd	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Karfiolleves	419,10	100,26	3,70	1,47	11,85	0,64	1,21		
			Tarhonyás hús	2 104,35	503,43	26,88	3,16	59,75	0,00	1,36		
			Uborka saláta	99,16	23,72	0,80	0,00	4,94	3,50	0,42		
			Összesen:	2 622,61	627,41	31,38	4,63	76,54	4,14	2,99		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 02. szerda	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	230,40	55,12	1,43	0,11	10,20	0,08	0,68		
			Pulykasült	710,87	170,06	16,42	2,93	0,42	0,00	0,72		
			Zöldborsófőzelék	912,14	218,22	11,59	0,81	29,33	1,50	0,66		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	2 520,54	603,00	35,32	4,21	68,87	1,76	2,42		
2021. 06. 03. csütörtök	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Paradicsom leves	616,87	147,58	2,58	0,40	27,15	17,05	0,78		
			Pirított baconos sertésborda	1 060,43	253,69	17,99	4,37	5,00	0,34	0,92		
			Petrezselymes burgonya	844,43	202,02	5,32	0,11	42,15	0,00	0,81		
			Vitamin saláta	180,17	43,10	1,06	0,01	9,23	5,00	0,53		
			Összesen:	2 701,90	646,39	26,95	4,89	83,53	22,39	3,04		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 04. péntek	(00514) Alsós gombamentes Komló	E	Babgulyás	1 021,48	244,27	15,65	1,87	24,07	0,28	1,13		
			Túrós batyú	1 482,00	354,55	8,60	6,50	43,20	7,10	0,47		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	2 619,81	626,65	24,57	8,37	72,87	7,38	1,61		