















# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.06.07. - 2021.06.13.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 06. 07. hétfő	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Zöldséges zellerleves	263,50	63,04	1,12	0,15	11,04	0,01	0,89	 	
		Mustáros kakukkfűves sertéskaraj (Glutment.)	791,52	189,36	17,23	2,87	3,89	0,24	0,56	 	
		Petrezselymes burgonya	687,66	164,51	4,32	0,10	34,15	0,00	0,81		
		Összesen:	1 742,68	416,91	22,67	3,12	49,08	0,25	2,26		
2021. 06. 08. kedd	(00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E Köménymagleves (gluténmentes)	321,87	76,84	0,58	0,29	12,32	0,02	0,79		
		Borsos tokány	930,50	222,61	17,79	4,40	4,29	0,01	0,84		
		Tészta köret (GLUTÉNMENTES)	751,30	179,74	0,72	0,53	32,85	0,00	0,66		
		Összesen:	2 003,67	479,19	19,09	5,22	49,46	0,03	2,29		










# ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 09. szerda (00607) Alsós diab.-gluténmentes Komló	E	Fokhagymakrém leves (gluténmentes)	416,12	99,55	2,38	1,52	10,91	0,04	0,83	 	
		Halfilé bakonyi módra (gluténmentes)	814,83	194,93	14,99	3,32	6,05	0,01	0,87	   	
		Párolt rizs	824,68	197,29	3,20	0,76	31,00	0,00	0,99		
		Összesen:	2 055,63	491,77	20,57	5,60	47,96	0,05	2,69		



# ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 10. csütörtök (00607)		2021. 06. 11. péntek (00607)								
E	Zöldséges reszeltészta leves	296,55	70,94	1,44	0,23	11,62	0,04	1,28	  	
	Sertéssült	790,02	189,00	17,20	2,85	4,21	0,02	0,76		
	Zöldbabfőzelék (GLUTÉNMENTES)	914,65	218,81	5,78	2,68	24,64	0,07	0,71	 	
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
Összesen:		2 146,63	513,54	24,82	5,76	47,47	0,13	2,76		
E	Gulyásleves (diab-gluténmentes)	635,92	152,13	10,00	1,49	13,61	0,00	0,93		
	Tejberizs kakaós szórattal (diab.)	931,29	222,80	9,33	1,87	36,53	30,02	0,35	 	
Összesen:		1 567,21	374,93	19,33	3,36	50,14	30,02	1,28		